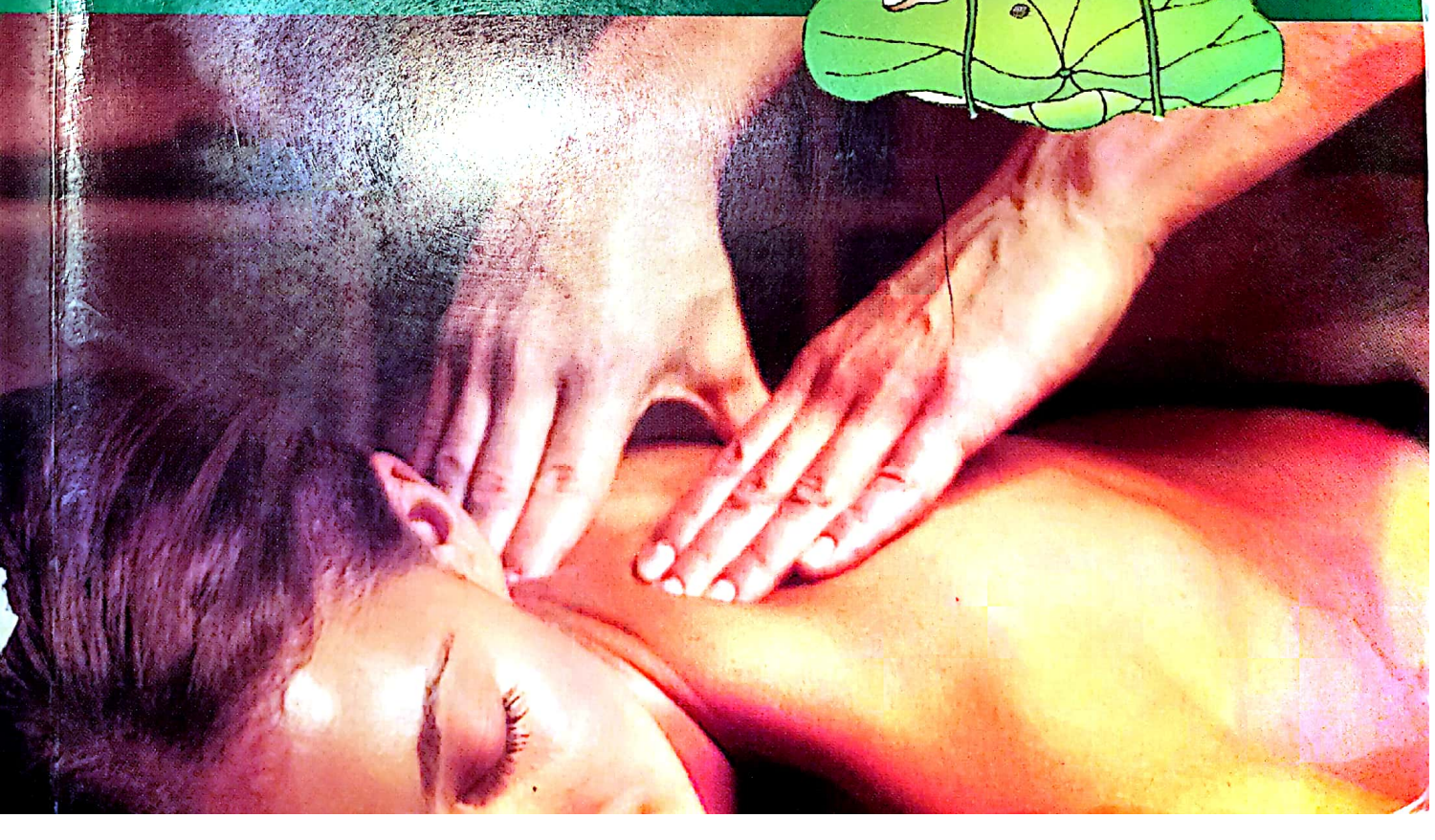
Michel Deydier-Bastide

POLIROM

Medicină tradițională

Manual de MASAJ TRADIȚIONAL CHINEZ

提供医疗中国按摩



Scanned with OKEN Scanner

Medicină tradițională

Utilizat singur sau ca metodă complementară de tratament, masajul tradițional chinez este de o eficacitate deosebită, demonstrată încă din vechime. Scopurile sale sunt multiple: de la restaurarea mobilității organismului şi reducerea încordărilor musculare până la ameliorarea circulației energiei şi a lichidelor în corp. Prin tratarea diferitelor traumatisme şi dureri, a disfuncțiilor digestive şi respiratorii sau a afecțiunilor pediatrice, prin combaterea stresului, pregătirea femeilor gravide pentru naştere ori a sportivilor, medicina manuală chineză vine de mii de ani în sprijinul fiecăruia prin soluții extrem de eficiente, reprezentînd o modalitate pe cât de naturală, pe atât de benefică în vederea ameliorării sau întreținerii sănătății fiecăruia dintre noi.

Teoria fundamentală a medicinei tradiționale chineze • Noțiuni generale • Marile principii de bază • Patologie • Metode de tratament ale medicinei chineze • O medicină globală şi energetică • Sănătatea şi bolile • Fiziologie energetică sistemică • Diagnosticul energetic • Practica clinică a masajului tradițional chinez • Tehnica masajului

Scanned with OKEN Scanner

Michel Deydier-Bastide a fost studentul profesorului Lo Chi Kwong (autorul lucrării *Acupuncture in Clinical Practice*), sub îndrumarea căruia a obținut doctoratul în medicină orientală la Universitatea de Medicină din Hong Kong. Profesor de psihologie tradițională chineză, Deydier-Bastide conduce în prezent Colegiul de Medicină Orientală din Montpellier. Dintre lucrările sale amintim: *Abrégé de médecine traditionnelle chinoise* (DésIris, 1997), *Analgésie par acupuncture* (DésIris, 1997) şi *Traité de psychologie traditionnelle chinoise Xin Li : La plus ancienne psychologie du monde* (DésIris, 2005).

Michel Deydier-Bastide, *Traité de massage traditionnel chinois*, Les Éditions DésIris
© Éditions DésIris, 2004
© 2006 by Editura POLIROM, pentru prezenta traducere

www.polirom.ro

Editura POLIROM
Iaşi, B-dul Carol I nr. 4, P.O. BOX 266, 700506
Bucureşti, B-dul I.C. Brătianu nr. 6, et. 7, ap. 33, O.P. 37 ;
P.O. BOX 1-728, 030174

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României
DEYDIER-BASTIDE, MICHEL

Manual de masaj tradiţional chinez / Michel Deydier-Bastide; trad. de Mirela Papuc. – Iaşi : Polirom, 2006

ISBN (10) 973-46-0385-X; (13) 978-973-46-0385-5

I. Papuc, Mirela (trad.)

615.82(510)
Printed in ROMANIA

Scanned with OKEN Scanner

Introducere

Masajul tradiţional chinez regrupează, generic vorbind, practica unor gesturi corporale extrem de diverse.

Există de fapt două forme de masaj chinez, având propriile câmpuri de aplicare, a căror origine comună se pierde în negura vremii.

Una dintre ele, cea terapeutică, parte integrantă a Medicinei Tradiţionale Chineze (MTC), este predată în facultăţi. Aceste tipuri de masaj sunt practicate la scară largă atât de către medicii tradiţionali liber-profesionişti, cât şi în spitalele de MTC. Ele permit obţinerea unei mari varietăţi de efecte care conduc la reglarea organismului – un instrument terapeutic foarte valoros şi foarte flexibil, întrucât poate fi folosit în orice context.

Ca toate celelalte metode ale medicinei chineze, masajul tradiţional chinez cu rol terapeutic, numit şi Tuina sau Dong Fa, are ca scop reabilitarea circulaţiei energiei în organism. Reglarea automatismelor fiziologice şi repararea ţesuturilor decurg întotdeauna din normalizarea acestei circulaţii atât la nivel general, cât şi la cel local.

Tehnicile de masaj permit acţionarea asupra ţesuturilor (Tuina), dar şi asupra capacităţii naturale a mişcărilor (Dong Fa). Pentru ca energia să circule armonios în organism, ea nu trebuie să întâlnească nici un obstacol la nivelul pielii, la cel al muşchilor sau al altor ţesuturi, la nivelul articulaţiilor sau al altor organe.

Astfel, misiunea practicianului de masaj tradiţional chinez şi a specialistului în medicină chineză este de a drena fără încetare, de a regla şi de a favoriza mişcarea.

Fiind parte integrantă a medicinei chineze, masajul tradiţional este în acelaşi timp o disciplină autonomă care permite tratarea unui număr mare de afecţiuni şi suferinţe.

Scanned with OKEN Scanner

Acţiunea mâinii este unică şi nici cele mai sofisticate accesorii nu înlocuiesc precizia, sensibilitatea, inteligenţa şi afecţiunea care trebuie să însoţească masajul tradiţional chinez.

De la îngrijirea traumatismelor şi până la tratamentele pediatrice, trecând prin tulburările funcţionale digestive sau respiratorii, servind ca terapie în ultima parte a vieţii, tratând durerile şi tulburările mintale, pregătind sportivii şi femeile însărcinate şi propunând un tratament complementar în anumite boli majore, medicina manuală chineză reprezintă întotdeauna – pentru cel aflat în suferinţă – o soluţie umană, directă şi eficientă.

Cealaltă formă bine-cunoscută de masaj este versiunea culturală a masajului. Practica sa este deseori asociată cu igiena; aceste masaje favorizează relaxarea, destinderea, apropierea afectivă şi au o acţiune preventivă incontestabilă.

Practica acestei forme de îngrijire are loc în mod tradiţional în cadrul familial şi în cabinetele specializate din ce în ce mai numeroase în oraşele din China, cabinete care oferă servicii de masaj de întreţinere serioase şi de excelentă calitate.

Masajele de întreţinere nu fac parte din medicina chineză şi, prin urmare, nu necesită cunoştinţe în acest domeniu. În schimb, oricare practician al masajului chinez terapeutic sau al medicinei chineze trebuie să fie capabil să realizeze un masaj de relaxare.

Medicina tradiţională chineză – leagănul masajului tradiţional, deseori reprezentată în Franţa doar prin acupunctură, izolată de celelalte mijloace terapeutice – este responsabilă pentru sănătatea unui sfert din populaţia planetei.

Principiile sale originale fac din ea o medicină curativă, preventivă şi educativă, umană, relaţională şi, asemenea fiinţei umane, în continuă evoluţie.

Această ştiinţă posedă cea mai importantă bibliotecă medicală din lume, o compilaţie fabuloasă a cunoştinţelor dobândite de-a lungul a mai mult de cincizeci de secole de observaţii şi de experimente care reprezintă un bogat patrimoniu pentru China.

Marele popor chinez, sub jugul atâtor secole imperialiste, a reuşit să pună laolaltă respectul pentru tradiţie şi modernitatea ştiinţei.

Ceea ce altădată nu reprezenta decât un simplu experiment empiric a devenit în zilele noastre o practică clinică raţională, bogată în experienţe, sprijinită de nenumărate lucrări academice.

Scanned with OKEN Scanner

Medicina şi filosofia merg alături dintotdeauna. Forţa medicinei chineze vine din faptul că acestea nu se opun niciodată nici una celeilalte şi nici progresului ştiinţei.

Astfel, medicina chineză, conştientă de trecutul său, se întoarce în mod deliberat spre viitor şi se deschide spre cunoaştere.

Ea reprezintă o altă modalitate de a privi viaţa şi boala şi, fiind mai mult decât un mijloc de a reda sănătatea, această medicină ne învaţă arta de a trăi în echilibru. Faptele şi cifrele nu lasă loc nici unei polemici: medicina tradiţională chineză este puternică şi eficientă. Această ţară posedă unul dintre cele mai ridicate niveluri ale longevităţii, iar statisticile de sănătate publică întocmite de către Organizaţia Mondială a Sănătăţii sunt elocvente.

Dar, bineînţeles, vorbim aici despre medicina tradiţională chineză veritabilă, cea a cărei practică necesită ani întregi de studiu şi care acţionează după un raţionament de diagnosticare şi terapie de o mare fineţe, eliberat de orice ezoterism sau superstiţie.

Studierea medicinei tradiţionale chineze aduce o cunoştinţă conceptuală concretă, ameliorând în acelaşi timp viziunea asupra tuturor aspectelor vieţii.

Dacă aceste două elemente constituie o forţă motrice excelentă, nu trebuie să uităm că felul în care pătrundem în universul medicinei chineze este la fel de important. Trebuie să ştim să călătorim uşor în universul acesta, detaşaţi de cunoştinţele anterioare, să preferăm căile bogate în indicii scurtăturilor facile şi, de asemenea, să avem o gândire simplă, clară şi să acţionăm în aceeaşi manieră.

Această lucrare a fost concepută pentru a vă înlesni întreprinderea amintită, facilitând integrarea progresivă a conceptelor originale ale ştiinţei medicale tradiţionale chineze.

Ea este împărţită în două secţiuni:

- prima studiază teoria fundamentală a medicinei chineze;
- a doua se ocupă cu studiul practicii clinice a masajului tradiţional chinez.

Scanned with OKEN Scanner

Partea întâi

Teoria fundamentală a medicinei tradiționale chineze

基本的理論中國傳統醫學

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Noțiuni generale

1. Masajul tradițional și medicina în istoria Chinei

În toate civilizaţiile, de multe secole, masajul se află la baza medicinei.

Peste tot în lume, numeroase fresce, statui şi gravuri milenare prezintă tehnici de masaj şi tehnici articulare.

De altfel, este uşor de imaginat că omul s-a servit de propriile mâini ca prim gest terapeutic înainte de a lua în calcul posibilitatea folosirii plantelor sau a altor tehnici în care se recurge la instrument.

Masajul este aşadar anterior acupuncturii, farmacopeii şi chirurgiei.

După secole de practică empirică, a fost instituită, sub dinastia Tang (618-907), Academia Imperială de Masaj, aflată sub patronajul Direcţiei Imperiale a Academiei de Medicină şi întru totul independentă faţă de acupunctură. La acea vreme existau optsprezece specializări în masaj. De atunci, masajul a devenit o ştiinţă terapeutică de sine stătătoare.

Între 1368 şi 1911, o altă specializare a fost creată – cea a masajului pediatric, mai adaptată tratării copiilor decât acupunctura.

Naşterea medicinei tradiţionale chineze este datată acum 6.000 de ani, în timpul apariţiei filosofiei taoiste.

Trei împăraţi au jucat un rol preponderent în istoria ei:

- Fu Xi: filosof şi matematician, autorul lucrării *Yi King* şi al legilor numerologice ale organizării universului;
- Shen Nong („Divinul Agricultor"): pasionat de agricultură, este autorul primei farmacopei vegetale;
- Huang Di („Împăratul galben"): cel mai cunoscut împărat-medic care a scris cel mai vechi tratat de acupunctură, studiat şi în zilele noastre, *Huang Di Nei King Su Wen* (*Tratat de medicină internă*).

În cele ce urmează vom prezenta descendenţa nenumăraţilor medici, dintre care cei mai marcanţi sunt:

- Hua Tuo: precursor al chirurgiei;
- Zhang Zhong Jing (152-219): farmacolog celebru;
- Huang Fu Mi (215-286): autor al *Compendiului de acupunctură – Zhen Kiu Kia Yi Jing*;
- Ge Hong (281-341): autor al manualului de reţete de urgenţă – *Bao Pu Zi Nei Wai Bian* şi precursor în studiul bolilor infecţioase grave.

În secolul al IX-lea, Zan Yin scrie un important tratat de obstetrică – *Jing Xiao Chan Bao*.

Spre 1520, Li Shi Zen redactează *Compendiul de substanţe medicale – Ben Cao Gan Mu* – descriind mai mult de 10.000 de formule!

În jurul anului 1600, Yang Ji Zhou sintetizează teoria acupuncturii.

De-a lungul secolelor, medicii chinezi au dezvoltat medicina tradiţională prin acumularea observaţiilor empirice şi prin experimente elaborate, ajungând încetul cu încetul la un demers intelectual şi la un raţionament logic.

Începând cu secolul XX, medicina tradiţională a cunoscut un nou avânt, sub impulsul general al poporului chinez încă din 1930 şi a lui Mao Tse Dong în 1950, începând să beneficieze de cele mai moderne mijloace de explorare şi cercetare.

În zilele noastre, China îşi administrează sănătatea prin aplicarea echilibrată şi armonioasă a două tipuri de medicină de stat:

- pe de o parte, medicina tradiţională, crescută în sânul civilizaţiei chineze,
- iar pe de altă parte, medicina alopată, venită din Occident.

În fiecare spital în care se practică preponderent unul dintre aceste tipuri de medicină, un serviciu al celuilalt tip de medicină este de asemenea reprezentat. Ele se îmbogăţesc reciproc, iar China aplică directivele enunţate în Forumul Mondial pentru Sănătate din 1991, care recomandă asocierea celor două tipuri de medicină.

Scanned with OKEN Scanner

2. Organizarea MTC în China

Bine implantată în Statele Unite ale Americii, în Canada, în Asia, în Australia, în plină dezvoltare în Africa şi în anumite ţări din Europa (Germania, Marea Britanie, Spania, Olanda ş.a.), medicina tradiţională chineză este afiliată Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii (OMS).

Ea beneficiază de programe de cercetare rezultate din colaborarea Chinei cu numeroase alte ţări.

Fireşte, în China, MTC este foarte bine organizată:

- un învăţământ universitar internaţional, confirmat de ONU şi recunoscut de OMS, structurat în şase academii şi repartizat în treizeci de facultăţi;
- 2.300 de spitale de medicină tradiţională în care lucrează aproximativ 500.000 de medici tradiţionali;
- mai mult de 150 de institute de cercetare;
- 20.000 de cercetători;
- Universitatea de medicină tradiţională din Shanghai este cea mai mare universitate de stat de MTC din lume şi numără aproape 1.000 de profesori. Ea posedă patru spitale anexate, totalizând 2.030 de paturi şi asigurând între 6.000 şi 8.000 de consultaţii externe pe zi;
- Academia de cercetare din Shanghai numără mai mult de 500 de persoane care explorează în fiecare an aproximativ 200 de obiecte de cercetare în MTC;
- studiile unui medic tradiţional chinez durează şapte ani (incluzând stagiile în spital) plus eventualele specializări şi se finalizează cu prezentarea unei teze;
- este nevoie de cel puţin douăzeci de ani pentru a deveni profesor titular şi este obligatoriu să fi prezentat lucrări şi teze de înaltă calitate;
- toate specializările sunt studiate în MTC;
- predarea medicinei tradiţionale se face în mod simultan cu alte domenii terapeutice.

Scanned with OKEN Scanner

În China, tratamentele de medicină tradiţională sunt practicate astfel :

- frecvenţa şedinţelor de tratament variază de la o şedinţă pe săptămână la două şedinţe pe zi, în cure de zece şedinţe care pot fi repetate ;
- de obicei, medicul privat nu primeşte decât un singur pacient pe şedinţă (chiar şi în acupunctură...) ;
- în spitale, şedinţele de acupunctură sunt practicate, cel mai adesea, colectiv, iar cele de medicină tradiţională sunt efectuate în mod frecvent de către mai mulţi practicieni ;
- deseori se folosesc mai multe metode terapeutice în acelaşi timp.

3. Metodele de tratament ale medicinei chineze

Dispunem în medicina tradiţională chineză de mai multe mijloace („cele şapte perle ale medicinei tradiţionale chineze") al căror studiu face parte din curricula medicului tradiţional.

Farmacopeea chineză (Zhong Yao), care foloseşte numai molecule de origine minerală, animală şi vegetală.

Aceste produse sunt pentru unii extrem de puternice. Ele sunt administrate fie sub forma unor reţete care urmează a fi preparate în laboratoare, fie sub forma unor remedii deja prelucrate (comprimate, granule, pulbere, extracte lichide, gelule, substanţe injectabile, pomezi etc.).

Există aproximativ 6.000 de formule intrate în uz şi 5.000 de ingrediente de bază care servesc la prepararea reţetelor individualizate.

Acupunctura (Zhen Jui), în care se foloseşte o varietate de ace, dintre care unele sunt mai indicate pentru a tonifica, altele pentru a dispersa, a decongestiona, iar un alt tip de ace pentru a drena toxinele şi alte elemente patogene. Acupunctura este deseori asociată moxibustiei, tehnică ce consistă în încălzirea punctelor (înţepate sau nu).

Medicina manuală (Tuina Dong Fa), care cuprinde o mare diversitate de gesturi : Tuina, masaje (foarte numeroase), şi Dong Fa, mobilizări articulare şi viscerale.

Scanned with OKEN Scanner

Această terapie manuală specifică este extrem de eficientă. Ea vizează restaurarea mobilităţilor, reducerea constrângerii ţesuturilor, ameliorarea circulaţiei energiei şi a lichidelor. Indicaţiile sale, dincolo de problemele articulare, sunt numeroase în medicina internă.

Masajul tradiţional chinez terapeutic constituie o parte importantă a îngrijirii sănătăţii. El nu are pretenţia de a trata tot, deşi este un instrument polivalent, de cele mai multe ori suveran, alteori complementar. Asocierea sa cu acupunctura este frecventă, cele două întărindu-şi reciproc efectele.

Gimnastica (Tai Ji Quan, Dao Yin, Qi Gong...), care vizează, pe de o parte, îmbunătăţirea circulaţiei energetice, iar pe de altă parte, stăpânirea corpului şi, implicit, a minţii.

Psihoterapia (Xin Li) sau ajutorul psihologic, care acţionează în principal asupra echilibrului emoţiilor (fiind în acelaşi timp cauze şi consecinţe ale tulburărilor organelor).

Igiena de viaţă (Yang Shang), acţiune educativă sau reeducativă în diverse domenii : igienă corporală, sexualitate, respiraţie, dezintoxicare şi dietă, ultimul fiind un element absolut necesar în prevenire şi un complement al terapeuticii.

Întreaga dietă chineză se bazează pe dozarea cantităţilor, a aromelor şi a naturii alimentelor. Ea acordă o mare importanţă metodelor de coacere şi preparare, iar indicaţiile alimentare pot varia în funcţie de profilul fiecăruia şi în funcţie de anotimp.

Chirurgia, deşi independentă, rămâne legată de medicina tradiţională prin concepţiile ei. Ea apelează la tehnici adaptate, mai ales în intervenţiile realizate sub analgezia prin acupunctură (AA), care necesită gesturi dozate în mod deosebit ; colaborarea preoperatorie dintre chirurg şi pacient aflat sub AA ameliorează deseori tehnica şi rezultatele.

Aceşti chirurgi sunt partenerii direcţi ai medicilor tradiţionali chinezi ; ei ţin cont de traiectele interne ale meridianelor şi, spre deosebire de omologii lor occidentali, au o viziune globală.

Scanned with OKEN Scanner

4. O medicină globală și energetică

Concepţia originală a medicinei chineze se bazează pe legea echilibrului, spre deosebire de concepţia occidentală, care se bazează pe legea contrariilor, considerând că acestea nu pot coexista în acelaşi loc şi în acelaşi timp.

Din punct de vedere oriental, este indicat să se menţină echilibrul între tendinţele opuse ale oricărui lucru pentru ca idealul să fie atins. Acest principiu, aplicat fiziologiei umane, ne conduce la următoarea deducţie: pentru a atinge idealul de sănătate, trebuie ca fiecare element să fie îmbogăţit fără încetare cu contrariul său.

Forţele opuse devin dintr-o dată parteneri indispensabili, ceea ce introduce în mod natural ideile conform cărora:

- orice diferenţă nu poate decât să aducă ceva în plus;
- fiecare element este legat de contextul său.

După MTC, omul nu poate fi înţeles decât în ansamblul său, în globalitatea sa. Fiecare organ este asociat altor organe, ţesuturilor, lichidelor şi orice incidenţă asupra unora are repercusiuni în altă parte, asupra altora.

De asemenea, individul este supus influenţelor mediului în care trăieşte, iar relaţia cu mediul înconjurător, climatic, social, joacă un rol important atât în echilibrul funcţiilor, cât şi în integritatea organică.

După teoria fundamentală chineză, lumea este un ansamblu structurat pe trei niveluri: Omul, Pământul şi Cerul. Energia circulă între aceste stări şi omul se situează undeva la mijlocul drumului dintre elementul solid al energiei condensate (Yin), Pământul, şi „suflul" energiei disipate (Yang), Cerul. Omul există prin legătura echilibrată care uneşte aceste două energii: propria sa energie.

MTC este o medicină energetică întrucât diagnosticul sau evaluarea unei situaţii se raportează întotdeauna la un nivel de potenţial energetic, un nivel de randament energetic al unui organ anume. În realitate, apreciem o calitate energetică care se regăseşte în calitatea schimburilor dintre fiinţa umană şi mediul său.

Ne putem face o idee despre fluctuaţiile şi procesele evolutive ale energiei în organism prin observaţii clinice clasice în MTC (examenul limbii, al pulsului, evoluţia simptomelor etc.).

Scanned with OKEN Scanner

Energia despre care vorbim este rezultatul fenomenelor observabile în materia vie : electromagnetice, electrice, termodinamice, fizico-chimice, pe scurt, rezultatul a tot ceea ce produce o energie celulară şi extracelulară. La mamifere, energia care însufleţeşte materia vie este constituită astfel :

- o parte, care se numeşte *energie înnăscută*, provine din energia speciei, din energia liniei strămoşilor şi din cea a părinţilor ;
- o altă parte, numită *energie dobândită*, provine atât din transformarea alimentelor, cât şi din aerul respirat.

Suma energiei înnăscute şi a energiei dobândite formează *energia vitală*. Tocmai această distribuire armonioasă a energiei vitale în organism îi permite să funcţioneze bine.

În limba chineză, cuvântul „energie" se traduce prin Qi (se pronunţă „Ci"), adică „suflu". Influxul nervos este, de asemenea, una dintre componentele Qi-ului.

Noţiunea „Qi" va fi dezvoltată pe parcursul lucrării.

Qi-ul scaldă organismul şi circulă pe căi preferenţiale, *meridianele*, unde se ştie că este mai multă energie decât în alte părţi.

Numeroase lucrări şi teze remarcabile au evidenţiat circulaţia energetică şi, în aceeaşi măsură, existenţa unor puncte foarte reactive la stimulare, care prezintă, de altfel, o minimă rezistenţă electrică : *punctele de acupunctură*.

Academia de medicină tradiţională din China recunoaşte în total 642 de puncte generale : 361 se găsesc pe meridiane, 171 – în afara meridianelor (craniu, trunchi, membre) şi 110 sunt clasificate drept „puncte noi", deoarece au fost descoperite mai recent.

Orice stimul aplicat în mod izolat pe unul dintre aceste puncte sau simultan, pe mai multe, provoacă efecte fiziologice la nivelul meridianelor, al organelor şi al viscerelor şi, în consecinţă, la nivelul sângelui, al ţesuturilor, al oaselor, al măduvei, datorită aportului sau regularizării energiei în tot organismul.

5. Sănătatea și bolile. Definiții

În medicina tradiţională chineză, se consideră că sănătatea este bunăstarea fizică, mintală şi socială care rezultă dintr-o bună transformare şi dintr-o bună distribuire a energiei în organism.

BIBLIOTECA JUDEŢEANĂ „GH. ASACHI" IAŞI
f03295

Scanned with OKEN Scanner

Energia despre care vorbim este rezultatul fenomenelor observabile în materia vie : electromagnetice, electrice, termodinamice, fizico-chimice, pe scurt, rezultatul a tot ceea ce produce o energie celulară şi extracelulară. La mamifere, energia care însufleţeşte materia vie este constituită astfel :

- o parte, care se numeşte *energie înnăscută*, provine din energia speciei, din energia liniei strămoşilor şi din cea a părinţilor ;
- o altă parte, numită *energie dobândită*, provine atât din transformarea alimentelor, cât şi din aerul respirat.

Suma energiei înnăscute şi a energiei dobândite formează *energia vitală*. Tocmai această distribuire armonioasă a energiei vitale în organism îi permite să funcţioneze bine.

În limba chineză, cuvântul „energie" se traduce prin Qi (se pronunţă „Ci"), adică „suflu". Influxul nervos este, de asemenea, una dintre componentele Qi-ului.

Noţiunea „Qi" va fi dezvoltată pe parcursul lucrării.

Qi-ul scaldă organismul şi circulă pe căi preferenţiale, *meridianele*, unde se ştie că este mai multă energie decât în alte părţi.

Numeroase lucrări şi teze remarcabile au evidenţiat circulaţia energetică şi, în aceeaşi măsură, existenţa unor puncte foarte reactive la stimulare, care prezintă, de altfel, o minimă rezistenţă electrică : *punctele de acupunctură*.

Academia de medicină tradiţională din China recunoaşte în total 642 de puncte generale : 361 se găsesc pe meridiane, 171 – în afara meridianelor (craniu, trunchi, membre) şi 110 sunt clasificate drept „puncte noi", deoarece au fost descoperite mai recent.

Orice stimul aplicat în mod izolat pe unul dintre aceste puncte sau simultan, pe mai multe, provoacă efecte fiziologice la nivelul meridianelor, al organelor şi al viscerelor şi, în consecinţă, la nivelul sângelui, al ţesuturilor, al oaselor, al măduvei, datorită aportului sau regularizării energiei în tot organismul.

5. Sănătatea și bolile. Definiții

În medicina tradiţională chineză, se consideră că sănătatea este bunăstarea fizică, mintală şi socială care rezultă dintr-o bună transformare şi dintr-o bună distribuire a energiei în organism.

BIBLIOTECA JUDEȚEANĂ „GH. ASACHI" IAȘI
f03295

Scanned with OKEN Scanner

Sănătatea este, de asemenea, sinonimă cu echilibrul „ideal" al sistemului nostru energetic, acelaşi care condiţionează echilibrul fiziologic. Altfel spus, putem fi aparent sănătoşi din punct de vedere fiziologic, prezentând totodată dezechilibre recente pe planul energetic. Din fericire, organismul posedă capacitatea de a tolera un anumit grad de dezechilibru, în funcţie de nivelul său de energie vitală.

Dispariţia senzaţiei de bunăstare fizică (pe care, în mod normal, ar trebui să o simtă orice persoană sănătoasă) exprimă un dezechilibru energetic survenit fie în mod brutal (în urma traumatismelor, răcelilor etc.), fie în mod progresiv (constituţie slabă, slăbiciune, cauze fizice etc.). În acel moment, pacientul trebuie să meargă la consultaţie, chiar dacă nu manifestă încă nici un simptom precis, întrucât a aştepta apariţia primelor simptome nu înseamnă decât detectarea tardivă a unei boli deja declarate.

Dacă energia noastră vitală este suficientă, organismul va mobiliza sistemele sale de apărare şi de autoreglare ce-i permit să nu se îmbolnăvească.

Boala este starea de dezechilibru avansat care produce simptome obiective. Ea este o evoluţie a unuia sau a mai multor dezechilibre.

Bolile sunt asocierea sindroamelor descrise după tabele patologice tip, în funcţie de care toate combinaţiile sunt posibile.

Aceste tabele pot exprima categorii de sindroame diverse : tulburări ale meridianelor, tulburări ale organelor, tulburări ale sângelui, ale lichidelor organice, tulburări psihice, tulburări ale sistemului regulator central.

Fiecare dintre aceste categorii însumează numeroase sindroame apărute după o logică, o ordine pe care medicul va trebui să o descopere cu scopul de a elabora o strategie de tratament luând în considerare atât cauzele, cât şi consecinţele.

Notă : Cuvântul *cun* semnifică „măsura proporţională" sau „relativă". 1 cun – lungimea degetului mare al pacientului. Segmentele corpului sunt divizate în numere variabile de cun.

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Marile principii de bază

1. Elemente de embriologie

Ca orice fiinţă vie, corpul uman este construit după o schemă universală numită, în genetică, ADN.

Medicina chineză exprimă această schemă în termen de forţe potenţiale.

Aceste forţe potenţiale sunt:

- energia speciei: Yuan Qi;
- energia ancestrală: Zong Qi;
- energia părinţilor: Jing Qi.

Combinarea celor trei constituie capitalul energetic înnăscut al individului.

Acest capital este stocat în rinichi.

Forţele interacţionează astfel:

- cele trei forţe acţionează în momentul concepţiei şi determină partea înnăscută de Jing Qi a copilului, pe care o numim, printr-o expresie poetică: „cerul anterior";
- Jing Qi-ul mamei acţionează în cele nouă luni de sarcină şi în perioada de alăptare, în mod rezidual, până la constituirea completă a dentiţiei provizorii şi determină partea dobândită a Jing Qi-ului copilului.

Embriogeneză energetică

Cunoaşterea procesului energetic al reproducerii vieţii este esenţială pentru însuşirea corectă a mecanismelor energetice naturale care însoţesc

viaţa : creştere, vitalitate, îmbătrânire şi moarte, dar şi pentru a înţelege mai bine patogeneza.

Qi-ul intrinsec al ovulului proaspăt fecundat este de o bogăţie excepţională, celulele reproducătoare masculine şi feminine fiind în mod natural saturate de Jing Qi.

Sub influenţa Qi-ului uterului şi al Jing Qi-ului mamei, Qi-ul ovulului se concentrează în primele opt zile pe margine, sub forma unui inel central.

În a opta zi, ovulul devine morulă; el a suferit deja importante transformări energetice prin alinierea ovocitelor sale şi prezintă o configuraţie asemănătoare planetei Pământ, adică se află pe o axă înclinată. Atunci începe restrângerea inelului de Qi (care nu este altceva decât Taemo-ul primitiv) care va strangula morula în mod progresiv până în a douăsprezecea zi, dându-i o formă de corn. Din acel moment apar feţele Yin – ventrală, respectiv Yang – dorsală.

Această repliere are loc pe axa numită nodul lui Hensen care leagă punctul 4VG (Ming Men) de punctul 4VC.

Aceste două puncte îşi vor conserva acţiunea capitală în gestiunea energiei înnăscute.

În acest moment, se formează alte vase nutritive provizorii menite să asigure creşterea : Tchong Mo, Tae Mo, Yin Siao Mo, Yang Siao Mo, Yin Oe, Yang Oe.

Ele constituie o reţea de distribuţie temporară a energiei şi a sângelui placentar.

Aceste meridiane primitive numite „Vasele Extraordinare" vor dispărea mai târziu, odată cu formarea reţelei definitive a meridianelor principale, între a treia şi a noua lună, şi odată cu transformarea embrionului în fetus, în acelaşi mod în care dentiţia de lapte lasă loc dentiţiei definitive.

Pe tot parcursul vieţii embrionului şi a fetusului, mama transmite, prin placentă, substanţele vitale (Jing Qi, lichide organice şi sânge).

Distribuţia Jing Qi-ului se prelungeşte pe toată perioada alăptării copilului în mod degresiv, până la formarea totală a primei dentiţii.

Scanned with OKEN Scanner

2. Legile fiziologice ale energiei: producerea și difuzarea

Abordare analitică a Qi-ului

Fenomenul energiei umane (Qi) este expresia mai multor manifestări energetice corelate într-un singur loc şi într-un singur moment :

- biochimice ;
- termodinamice ;
- electromagnetice ;
- neurofiziologice.

Desemnată în chineză prin termenul Qi – care evocă respiraţia –, energia umană este descrisă aşadar în reprezentarea ei imaterială, sugerând astfel ideea de mişcare.

Aspectul material al energiei, reprezentat de principiul Yin, este atins datorită capacităţii energiei de a creşte în densitate fie prin acumulare de Yin sub efectul frigului şi al inactivităţii, fie prin evaporarea Yang-ului sub efectul căldurii, fie prin evaporarea energiei globale sub efectul vântului şi al secetei.

Qi-ul este o substanţă vie a cărei prezenţă naşte şi întreţine viaţa.

Viaţa se naşte chiar din prezenţa Qi-ului, iar moartea survine atunci când Qi-ul nu mai poate fi transformat sau distribuit în zonele vitale ale organismului.

Qi-ul nu este transmis de la o fiinţă la alta în integralitatea sa, nici nu vine ca atare din natură, ci se instalează în cele mai mici particule care ne compun, după ce a fost elaborat de ansamblul sistemului nostru energetic deja existent.

De fapt, Qi-ul este energia noastră, constituită din elemente venite din exterior şi organizate de noi înşine.

Fiecărei fiinţe umane îi corespunde o formă diferită de Qi.

Natura Qi-ului este deci individuală, dar, asemenea sângelui, este construită pe o schemă comună tuturor fiinţelor umane care posedă caracteristici de bază identice, ce determină Yuan Qi-ul, adică energia speciei.

Scanned with OKEN Scanner

Acest Qi comun nu poartă decât caracterele a căror funcţie este determinarea identităţii umane. De asemenea, el ne permite o formă de comunicare limitată.

Dincolo de mişcările în spaţiu, dinamica Qi-ului se sprijină pe o mişcare oscilatorie intrinsecă neîntreruptă, care se integrează în alte dinamici ciclice mai globale, cum ar fi ciclul nictemeral (noapte/zi) şi ciclurile astrodinamice.

Qi-ul este deci o potenţialitate individuală a cărei stare nu poate fi fixată decât pentru o clipă prin diagnosticul energetic şi care plasează starea de sănătate a individului într-o stare naturală de instabilitate absolută.

Prezenţa Qi-ului transformă materia în materie vie întrucât viaţa celulară este sub controlul energiei umane, cea a mamei însărcinate pentru copil şi cea pe care individul o fabrică pentru a-şi asigura supravieţuirea.

Cu cât este mai mult Qi, cu atât este mai sănătoasă materia vie.

Nu există exces de Qi sănătos. Numai un Qi patologic poate fi în exces.

Nu există nici o porţiune, oricât de mică, în organismul nostru, care să nu fie „scăldată" în energie.

Energia este peste tot în corpul nostru şi se află într-o mişcare perpetuă.

Lichidele din organism transportă Qi-ul care, în acelaşi timp, le dinamizează.

Qi-ul generează viaţa celulară, iar lichidele o regenerează.

Energia umană este fabricată, difuzată şi folosită în permanenţă.

Producerea energiei

În general, toate organele participă la elaborarea şi la difuzarea energiei.

Rolurile lor complexe nu vor fi detaliate aici, dar vom reţine schema de orientare:

- splina fabrică energia nutritivă Gu Qi;
- plămânii primesc sânge încărcat de Gu Qi şi îl îmbogăţesc cu aer la fiecare inspiraţie, formând astfel energia dobândită Xiong Qi sau Zong Qi;
- cu fiecare inspiraţie, energia dobândită este trimisă rinichilor care stochează o parte din ea, cealaltă fiind păstrată în sânge. Partea primită de rinichi se uneşte cu Jing-ul renal (energia înnăscută) şi devine energie renală, de unde se emană Yang-ul renal care

Scanned with OKEN Scanner

susţine în permanenţă dinamismul celorlalte organe şi participă la creşterea celulară şi la întreţinerea măduvei (sistem nervos).

Circulaţia şi difuzarea energiei

Distribuţia pulmonară

În fiecare zi, între orele 1 şi 3, ficatul restituie sistemului circulator sângele pe care l-a filtrat şi pe care l-a îmbogăţit cu elemente nutritive. Acest sânge curge spre plămâni, care, între orele 3 şi 5, distribuie fiecărui organ o raţie de energie pentru cele 24 de ore care urmează.

Cantitatea de energie distribuită depinde de calitatea şi de cantitatea hranei, de calitatea şi de cantitatea aerului respirat şi a condiţiilor de propagare a acestei energii. De unde importanţa majoră a unui somn bun în aceste intervale orare.

Marea circulaţie energetică

Numim astfel ordinea care determină transmiterea energiei de la un organ la altul, într-un ciclu de 24 de ore: *ciclu nictemeral*.

Acest ciclu este alcătuit din douăsprezece faze a câte două ore în timpul cărora un organ primeşte un excedent de energie de la precedentul, care se adaugă la cantitatea de energie de care dispune respectivul organ în acel moment. Timp de două ore, cu un moment de vârf, organul va da randamentul său maxim, adică se va afla în perioada de „magnitudine".

Acest sistem fiziologic este unul de securitate care permite prevenirea formării dezechilibrelor.

1 h/3 h	Ficat
3 h/5 h	Plămâni
5 h/7 h	Intestin gros
7 h/9 h	Stomac
9 h/11 h	Splină
11 h/13 h	Inimă
13 h/15 h	Intestin subţire
15 h/17 h	Vezică urinară
17 h/19 h	Rinichi
19 h/21 h	Stăpânul Inimii

Scanned with OKEN Scanner

21 h/23 h	Triplul Focar
23 h/1 h	Vezica biliară

Activitatea maximă a unui organ, dar şi reactivitatea sa maximă sunt atinse în momentul magnitudinii sale. Din acest motiv, cronoterapia – ştiinţă medicală chinezească, foarte veche – preconizează administrarea medicamentelor sau aplicarea acelor de acupunctură la ore precise.

Manifestarea simptomelor în aceste intervale orare, din zi sau din noapte, este bogată în informaţii utile diagnosticării în medicina chineză.

Mica circulaţie energetică

Este vorba despre o ordine anexă, necronologică, de distribuire a energiei între organe.

Observarea acestui fenomen decurge din teoria celor cinci elemente, dar în privinţa interpretării acesteia trebuie să rămânem prudenţi întrucât s-au comis deseori erori grave din cauza folosirii ei exclusive.

A ne baza doar pe această teorie pentru a stabili un diagnostic înseamnă a reduce în mod periculos sursele de înţelegere ale unei disfuncţii sau ale unei boli.

Un medic tradiţional chinez nu face niciodată acest lucru, întrucât el posedă instrumente clinice mult mai complete decât cei care, în general, comit această greşeală.

Atunci când se află într-o stare sănătoasă, normală deci, un organ transmite unui alt organ un excedent de energie pentru a-i permite să facă faţă nevoilor regulate sau punctuale.

Astfel, ficatul trimite Qi spre inimă, care trimite Qi spre splină, care trimite Qi plămânilor, care trimit Qi rinichilor, care, la rândul lor, trimit Qi ficatului.

Numim acest lucru *ciclu de reproducere*.

Însă atunci când apar dezechilibre, asistăm la schimburi patologice între organe şi la apariţia fenomenelor de dominare şi de contradominare.

Aşadar, anumite organe pot fi slăbite sau perturbate de altele.

Cauzele dezechilibrelor sunt multiple : boli infecţioase, alimentaţie de proastă calitate, stres, şoc emoţional, traumatism fizic etc.

Căile de circulaţie ale energiei

Energia umană evoluează după şase axe de forţe :

- urcare ;
- coborâre ;

Scanned with OKEN Scanner

- ieşire;
- intrare;
- expansiune sau evaporare;
- contracţie sau densificare.

Atunci când adormim, Qi-ul intră în corp şi rămâne în interior; la trezire, el iese la suprafaţa corpului; iarna, Qi-ul are tendinţa de a coborî, în timp ce vara el urcă etc.

În afara celor patru mişcări fundamentale, Qi-ul, care este un element de schimb între organe şi ţesuturi, se deplasează de la unele la celelalte, formând o reţea de circulaţie bine codificată, compusă din canale cu margini definite doar de densitatea Qi-ului: meridianele. Acestea sunt constituite dintr-o concentraţie de Qi aflată într-o mişcare de deplasare într-un singur sens, aidoma unui banc de peşti.

3. Noțiuni fundamentale de fiziologie și de anatomie energetică

A. *Meridianele*

Meridianele sunt trasee de energie privilegiate.

În traiectoriile lor, acestea traversează o serie întreagă de ţesuturi (piele, muşchi, organe, nervi, oase etc.) pe care le hrănesc cu sângele şi cu energia pe care le transportă. Acest lucru nu înseamnă că energia se găseşte numai la nivelul meridianelor, datorită faptului că inundă tot corpul, ci mai degrabă deoarece în meridiane circulă o energie foarte concentrată şi că aceasta, asemenea unui râu, curge într-un singur sens. Unele meridiane sunt centrifuge, adică sensul lor de circulaţie este orientat dinspre trunchi spre membre; altele sunt centripete – energia circulă dinspre membre spre trunchi.

De asemenea, meridianele transportă sânge şi lichide organice.

Ele sunt alcătuite dintr-un trunchi (meridian principal) şi ramuri secundare adânci sau superficiale.

Scanned with OKEN Scanner

Vasele Extraordinare

Numim astfel cele opt meridiane primitive constituite în timpul vieţii embrionare şi fetale, care dispar parţial înainte de naştere.

Din cele şase Vase Extraordinare intermitente (Tchong Mo, Tae Mo, Yin Oe, Yang Oe, Yin Siao Mo, Yang Siao Mo) nu mai rămân decât relicve, dar se poate acţiona totuşi asupra porţiunilor care mai rămân, mai ales pentru a trata dezechilibre minore.

Cele două Vase Extraordinare permanente (Vasul de Concepţie, Jen Mo, şi Vasul Guvernator, Tou Mo) rămân active şi posedă propriile puncte de acupunctură.

Meridianele principale

Există douăsprezece meridiane principale al căror traiect este bilateral.

Zece dintre acestea corespund următoarelor organe :

- plămânilor ;
- intestinului gros ;
- stomacului ;
- inimii ;
- intestinului subţire ;
- rinichilor ;
- vezicii urinare ;
- ficatului ;
- vezicii biliare.

Două dintre acestea corespund sistemelor funcţionale :

- meridianul Stăpânul Inimii ;
- meridianul Triplul Focar.

Studiu tehnic al meridianului

Organismul uman dispune de 14 meridiane care conţin puncte :

- 12 meridiane bilaterale ale organelor ;
- 2 vase unilaterale primitive permanente : Vasul de Concepţie (Jen Mo) şi Vasul Guvernator (Tou Mo).

(Celelalte şase vase primitive nu mai există decât sub forma unor relicve.)

Scanned with OKEN Scanner

Cele paisprezece meridiane posedă :

- *un traiect principal* : care pleacă din punctul Ting pe meridianele centripete şi se termină în punctul de ieşire din meridian, punct situat în imediata proximitate a punctului de intrare în alt meridian. Cât despre meridianele care tind să se depărteze de organe, meridianul pleacă de la organul în cauză ;
- *un traiect intern* divizat în mai multe ramuri, care leagă meridianul de organe sau organul de zonele anatomice ;
- *un traiect tendino-muscular* divizat în mai multe ramuri, reprezentând o lărgire a traiectului principal spre zonele musculare şi tendinoase ;
- *un traiect Lo longitudinal* care face legătura între un meridian (plecând din punctul Lo) şi un alt meridian, un organ sau pur şi simplu o zonă anatomică ;
- *un traiect Lo transversal* care asigură echilibrul Yin-Yang al meridianelor Zang şi Fu cuplate ; traiectul pleacă din punctul Lo al unui meridian până în punctul Yuan, sursa meridianului cuplat.

Meridianele transportă substanţe în proporţii variabile, adică Qi, sânge şi lichide organice.

Meridianele principale sunt, de asemenea, cuplate într-o relaţie de patologie energetică. Ele se mai numesc şi *marile meridiane* :

IS/Vu	Tai Yang
TF/Vb	Shao Yang
IG/S	Yang Ming
P/Sp	Tai Yin
SI/F	Xue Yin
I/R	Shao Yin

Punctele de acupunctură

Ele sunt situate pe cele douăsprezece meridiane principale, pe cele două Vase Extraordinare permanente şi pe unele zone din afara meridianelor (craniu, mâini, urechi...).

Acţionând cele 642 de puncte prin masajul tradiţional chinez, putem interveni local şi distal asupra organelor şi asupra ţesuturilor corespondente.

În ciuda a ceea ce se crede, punctele de acupunctură nu se găsesc numai la suprafaţă, unele atingând adâncimi de mai mulţi centimetri.

Scanned with OKEN Scanner

Se găsesc însă toate (cu excepţia lui 17S şi a lui 8VC) într-o scobitură uşoară pe care maseurul experimentat o poate simţi la palpare.

Punctele de acupunctură nu se găsesc decât pe traiectele principale ale celor paisprezece meridiane.

Există diferite tipuri de puncte :

- *cele cinci puncte Shu antice* (Ting, Xing, Yu, King, He) se găsesc pe fiecare meridian. Ele sunt folosite pentru tratament după teoria celor cinci elemente ;
- *punctele Shu de asentiment* permit tonifierea Yang-ului organului ;
- *punctele Mu mesager* permit tonifierea Yin-ului organului.

Folosite simultan, punctele de asentiment şi punctele mesager permit deblocarea unui organ.

Remarcă : există în comerţ detectoare de puncte, care, asemenea multor produse, au fost concepute de către comercianţi, şi nu de către medici. Ele sunt bazate pe principiul reacţiei impedanţei cutanate, dar nu pot fi fiabile. Deşi toate punctele de acupunctură sunt puncte de minimă rezistenţă electrică, nu toate punctele de minimă rezistenţă sunt puncte de acupunctură ! Nu este posibilă nici o scurtătură, va trebui să învăţaţi să localizaţi punctele şi să cunoaşteţi anatomia...

B. *Substanţele de bază*

Folosind termenul „substanţe", desemnăm elementele care constituie fondul hrănitor şi vital al organismului.

Rolul fiecărei substanţe este foarte complex întrucât acţiunile uneia depind de acţiunile celorlalte substanţe.

Energia Qi

Ea reprezintă substanţa primordială, substratul de bază, cea care este la originea formării celorlalte substanţe.

Qi-ul este energia proprie organismului nostru. Este deci de natură internă.

Îl fabricăm datorită organelor noastre vitale care transformă în energie internă energia provenită din alimente, din aerul pe care-l

Scanned with OKEN Scanner

respirăm, din razele soarelui şi din toţi stimulii lumii exterioare percepuţi de către simţurile noastre.

Anumite forme de energie sunt dense, înclinate aşadar înspre Yin (alimente, băuturi), altele sunt mai greu de palpat, prin urmare cu o înclinaţie mai accentuată înspre Yang (aer, căldură, strălucire, sunete, imagini, mirosuri...).

Cea mai pură formă de energie care există este cea emanată din armonie.

Numai această energie universal compatibilă cu toate formele de viaţă este „direct asimilabilă" ; ea poate fi de origine cosmică, artistică sau derivată din iubire.

Qi-ul este în cele din urmă energia care vine din lumea exterioară, prezentă încă dinaintea naşterii noastre, pe care o convertim în funcţie de nevoile fiziologice şi de alegerile pe care le facem şi care continuă să existe şi după ce am încetat din viaţă, remodificându-se, bineînţeles.

Dacă materia conţinută în infinit, „Marele Tao", este eternă, ea evoluează încontinuu şi se recombină în permanenţă.

Toate materiile Yin sau Yang care intră în organismul nostru vor deveni Qi sau o parte lichidă sau solidă din noi înşine ; după ce organele noastre au transformat-o, o parte mai mult sau mai puţin importantă va fi respinsă, alta va fi valorizată şi îndreptată către celule prin sânge şi prin meridiane.

Qi-ul nostru este personal şi unic. El stăpâneşte corpul nostru, dă viaţă şi asigură perenitatea vieţii celulare.

În momentul în care comunicăm cu ceilalţi, nu facem schimb de Qi, ci de elemente constitutive ale propriului Qi care sunt pentru ceilalţi energie externă, fiecare transformând în Qi elementele aduse de celălalt sub formă de sunete, de idei şi/sau de senzaţii foarte diferite.

Qi-ul nostru poate scădea în caz de :

- pierdere de apă (transpiraţie, diaree, vărsături) ;
- pierdere de sânge (hemoragie) ;
- traumatisme accidentale sau chirurgicale, leziuni, fracturi ;
- reacţie împotriva bolii sau împotriva factorilor patogeni externi ;
- tulburare emoţională ;
- deficienţă a funcţiilor organelor ;
- stil de viaţă deficitar (lipsă de somn, alimentaţie inadecvată, alcool etc.).

Însă nimeni nu vă poate absorbi Qi-ul, prin intermediul activităţilor cognitive sau prin contact.

Scanned with OKEN Scanner

(*Paranteză importantă* : puteţi avea uneori impresia că o altă persoană vă „pompează" energia. În realitate, acest lucru se întâmplă din cauza faptului că i-aţi acordat prea multă atenţie, efort sau timp în comparaţie cu satisfacţiile primite. Persoanele cele mai „devoratoare" de energie sunt întotdeauna cele care cer mult şi care nu acordă sau acordă foarte puţin interes celor care dau, ceea ce provoacă un sentiment de frustrare, el însuşi consumator de energie. Dacă vrem să evităm să resimţim această senzaţie de „transfer de energie", care nici măcar nu este un transfer propriu-zis, trebuie să învăţăm să echilibrăm raportul câştig/ consum energetic. Dar acesta este un alt aspect al învăţământului medicinei chineze...)

Conceptul de Yin şi Yang

Acest concept bipolar permite o mai bună înţelegere a noţiunii de echilibru al energiei, adică nivelul şi calitatea sa.

Cele două principii, Yin şi Yang, constituie ansamblul energiei. Altfel spus, în energie există Yin şi Yang.

Acestea acţionează alternativ şi simultan, se resping şi se atrag în acelaşi timp. Yin şi Yang au nevoie unul de celălalt pentru a coexista.

Ei sunt, în final, două secvenţe ale mişcării ciclice care condiţionează viaţa fără a-i defini forma. Fiecare dintre cele două puncte, negru, respectiv alb, indică prezenţa lui Yin în Yang şi a lui Yang în Yin, adică nici unul dintre cele două nu există în stare pură. În fiecare este un germene din celălalt.

Iată câteva caracteristici ale acestor două principii :

- Yin-ul este imobil, rece, solid, intern, închis la culoare ; are o poziţie descendentă ;
- Yang-ul este mişcare, e cald, abstract, extern, deschis la culoare ; are o poziţie ascendentă.

Ceea ce credeau chinezii din vechime ar putea fi explicat spunând că materia inertă este Yin-ul pur, adică abstract, iar ceea ce observăm este întotdeauna o materie în mişcare, deci semiinertă care conţine întotdeauna Yang (în ceea ce priveşte materia *neînsufleţită*). În cazul materiei vii, acest lucru este şi mai evident, întrucât mişcările de frecvenţă specifice sunt accentuate de toată dinamica biologică.

Astfel, atunci când principiile Yin şi Yang se separă, survine moartea.

Scanned with OKEN Scanner

Observaţiile de milenii sunt confirmate în zilele noastre.

Să înţelegem bine că, dacă raţionarea în termeni teoretici de Yin şi Yang absoluţi nu are nici un sens, în practică acest concept devine un mijloc ideal de a evalua diferenţele de forme energetice. Apoi, folosirea lui prezintă un interes la nivel clinic prin valorile pe care le integrează în examinarea pacientului şi la nivel terapeutic, în elaborarea unui program de tratament.

Pentru a-şi îndeplini funcţiile în toate etapele şi în toate împrejurările vieţii, Qi-ul îmbracă diferite aspecte :

- Feng Qi sau energia aerului pe care-l respirăm ;
- Jing Qi, energia înnăscută sau esenţa provenită din patrimoniul ereditar şi din cel al mamei ;
- Gu Qi sau energia nutritivă, produsă de alimente ;
- Zong Qi (sau energia dobândită) este combinaţia de Gu Qi şi de Feng Qi (pe care-l mai numim şi Xiong Qi) ;
- Zhen Qi sau energia vitală este amestecul părţii înnăscute de energie renală şi de Zong Qi ;
- Wei Qi este energia defensivă care circulă în piele şi în muşchi.

Funcţii generale ale Qi-ului :

- face să circule sângele şi lichidele (în mod intrinsec şi prin organe) ;
- încălzeşte ;
- întăreşte energia defensivă ;
- activează materia vie ;
- dinamizează organele şi implicit funcţiile lor.

Sângele „XUE"

Este o substanţă mai concretă, mai apropiată de Yin decât Qi-ul.

El apare odată cu viaţa embrionară, după Qi, şi participă încă de atunci la elaborarea primelor ţesuturi şi organe ; în acest stadiu, el circulă prin Vasele Extraordinare.

Sângele conţine Qi – care contribuie la dinamizarea sa – şi lichid organic – care intră în compoziţia sa materială.

Qi-ul antrenează sângele, iar acesta din urmă hrăneşte Qi-ul.

Acţiunea masajului este foarte favorabilă formării şi circulaţiei sângelui.

Scanned with OKEN Scanner

Producerea sângelui

Sângele este produs sub acţiunea conjugată a splinei, a inimii, a plămânilor, a măduvei osoase şi a energiei renale.

Funcţii generale ale sângelui

Sângele :

- hrăneşte Qi-ul ;
- alimentează organele ;
- hrăneşte şi drenează ţesuturile ;
- încălzeşte.

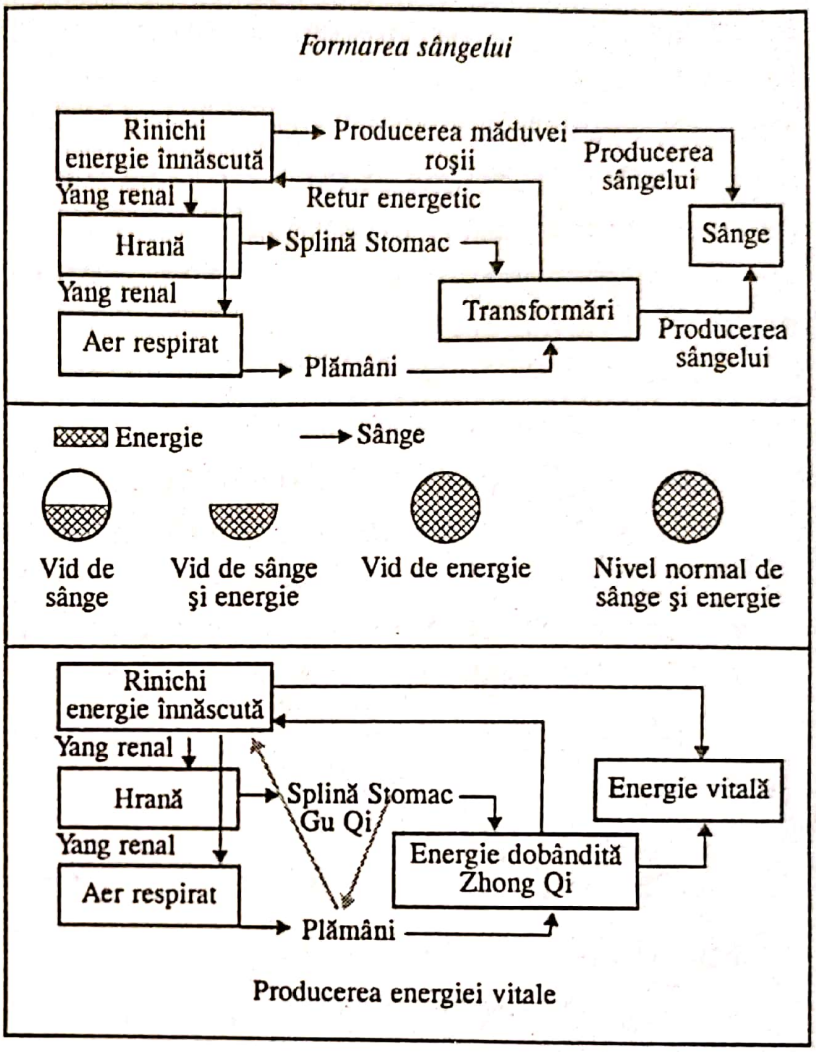


Figura 0a. *Producerea sângelui şi a energiei vitale*

Distribuţia sângelui

Răspândirea fluxurilor sangvine în organism este administrată de către inimă, care asigură propulsia, şi de către ficat, care guvernează reglarea ; acesta din urmă asigură, de asemenea, stocarea şi filtrarea sângelui pe timpul nopţii, împreună cu rinichii.

Dar circulaţia sangvină este văzută, în medicina chineză, dintr-o perspectivă mult mai amplă.

Se consideră că libera circulaţie a sângelui în organism este un imperativ pentru o bună sănătate fizică şi mintală.

Circulaţia sangvină depinde de şase factori :

- *compoziţia energetică a sângelui* – care este fabricat de către splină şi măduvă, cu ajutorul energiei inimii şi a plămânilor ;

Scanned with OKEN Scanner

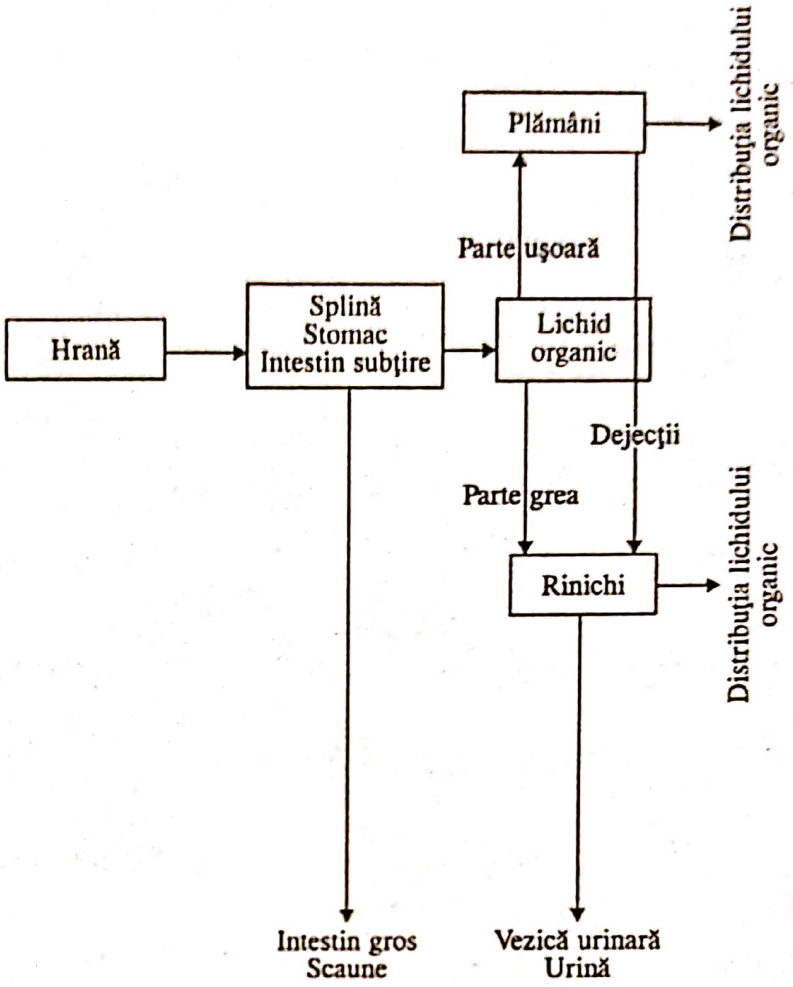


Figura 0b. *Producerea lichidului organic*

- *cantitatea de sânge care circulă* (în mod normal, aproximativ cinci litri la adult) – care pune în funcţiune: splina şi măduva (producere), ficatul (stocare şi reglare), plămânii (energia aerului) şi inima (propulsie spre organe);
- *fluiditatea sângelui* – dozată de echilibrul energetic al: splinei (formarea sângelui), plămânilor (umiditatea aerului), rinichilor (formarea plasmei datorită Yin-ului renal şi filtrarea) şi ficatul (filtrare);
- *puritatea sângelui* – obţinută şi menţinută datorită funcţiilor de filtrare ale ficatului şi ale rinichilor;
- *propulsia sângelui* în vase – asigurată de inimă (pompa principală), susţinută în permanenţă de rinichi (Yang renal);
- *mediul vascular* – în care circulă sângele, întreţinut de: splină (homeostază), inimă (Yin-ul inimii hrăneşte vasele) şi de Stăpânul Inimii (sistem regulator).

Scanned with OKEN Scanner

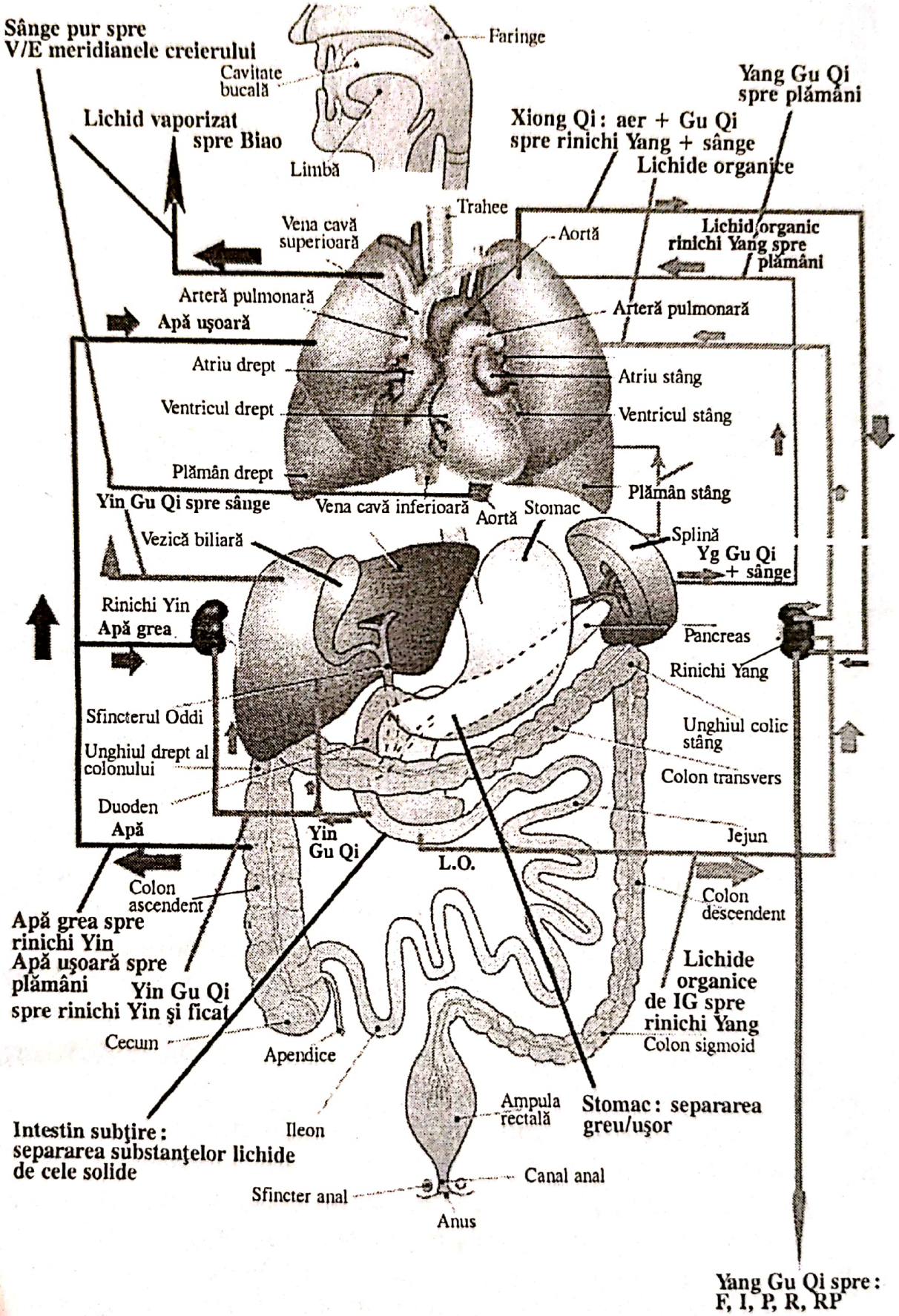


Figura 0c. *Producerea şi difuzarea substanţelor*

Scanned with OKEN Scanner

Organele care joacă un rol în aceşti şase factori acţionează în mod simultan şi la niveluri de influenţă diferite, după propriul dinamism al momentului.

Lichidul organic „JIN YE"

În realitate, este vorba despre mai multe lichide pentru că regrupăm sub acest nume orice lichid din organism care nu este sânge: limfă, urină, salivă, lichid lacrimal, lichid spermatic, transpiraţie, lichid sinovial, lichid amniotic, secreţii vaginale, lichid cefalo-rahidian, lichid plasmatic, secreţii glandulare.

Embriologia ne arată că ele sunt fabricate după sânge (lichidele organice ale embrionului sunt produse de mamă, iar cele ale fetusului – de mamă şi de copilul însuşi).

Lichidele organice provin din substanţe nutritive solide şi lichide.

Partea grea extrasă din alimente este separată de reziduuri prin intestinul subţire şi rinichi, în timp ce splina controlează mişcarea ascensională a celei mai uşoare părţi spre plămâni.

Lichidele Jin sunt fluide aflate sub controlul plămânilor şi al Focarului superior, în timp ce lichidele Ye sunt mai dense, administrate atât de splină şi de rinichi, cât şi de Focarul mediu.

Funcţii generale ale lichidelor organice

Lichidele Jin hrănesc, hidratează şi încălzesc pielea şi muşchii, circulă prin meridiane şi participă la fluidizarea sângelui.

Lichidele Ye hrănesc, hidratează şi lubrifiază organele, articulaţiile şi măduva.

Masajul facilitează drenajul natural şi asigură o reîmprospătare a lichidelor în ţesuturi.

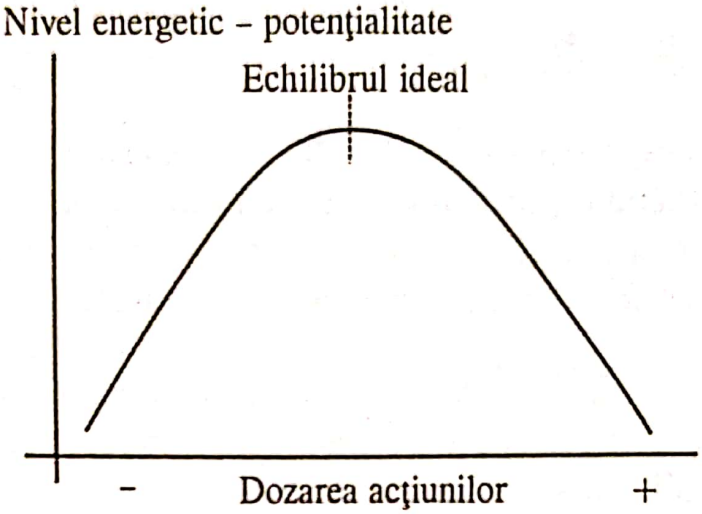
Curba de echilibru a substanţelor

În medicina chineză, sănătatea este sinonimă cu echilibrul. Prea mult sau prea puţin nu sunt decât două extreme între care se găseşte soluţia ideală. Fie că vorbim în termeni de cantitate sau de calitate, lipsa, ca şi excesul conduc la boală.

Scanned with OKEN Scanner

Această noţiune de echilibru este fundamentală.

Rezistenţa organismului şi fericirea de a exista se găsesc în vârful acestei curbe.



Vedem aici reprezentarea punctului de echilibru perfect, raportul ideal între cea mai bună dozare a acţiunilor, depinzând de ceea ce facem, şi potenţialul energetic produs.
Aceste acţiuni influenţează toate alegerile noastre, dar, în egală măsură, şi strategiile terapeutice.

Figura 1. *Potenţialul energetic ideal*

Echilibrul ideal este raportul perfect între acţiunea făcută şi potenţialul energetic obţinut.

De exemplu, între dozajul unui medicament şi efectul său ; sau între efortul depus şi rezultatul obţinut ; exemplele ar putea continua la nesfârşit.

Medicina chineză, derivată din concepţia taoistă antică, ne demonstrează într-un mod clar şi just că elementele contrare nu se opun, ci sunt antagonice (complementare) şi că, în consecinţă, o extremă trebuie să fie compensată de acţiunea antagonică a contrarei sale chiar cu riscul de a fi eliminată.

Toate acţiunile noastre, toate alegerile noastre sunt supuse acestei legi universale a echilibrului.

Dacă semeni puţin, culegi puţin, dacă semeni prea mult, culegi, de asemenea, puţin.

Să nu faci îndeajuns este la fel de dăunător rezultatului ca şi atunci când faci prea mult.

Scanned with OKEN Scanner

Acest lucru nu înseamnă că trebuie să ne limităm mereu acţiunile, ci să le echilibrăm în funcţie de resurse.

C. *Organele vitale*

Cele șase organe Yin „ZANG”

Ele sunt relativ pline şi interne :

- rinichi ;
- splină ;
- ficat ;
- inimă ;
- plămâni ;
- Stăpânul Inimii (acesta este în realitate un sistem ce posedă funcţiile unui organ Zang şi este considerat ca atare).

Funcţii generale ale organelor Zang

Organele Zang au următoarele funcţii generale :

- de a stoca energia dobândită şi înnăscută ;
- de a transforma şi de a metaboliza energia şi substanţele ;
- de a transporta şi de a distribui substanţele valorizate ;
- de a guverna funcţiile vitale.

Vom vedea mai departe că fiecare organ Zang sau Fu posedă funcţii specifice.

Cele șase organe Yang „FU”

Ele sunt relativ goale şi orientate spre exterior :

- vezică urinară ;
- stomac ;
- vezică biliară ;
- intestin subţire ;
- intestinul gros ;

Scanned with OKEN Scanner

- Triplul Focar (în realitate, acesta este un sistem care posedă funcţiile unui organ Fu şi este considerat ca atare).

Funcţiile organelor Fu

Organele Fu au următoarele funcţii :

- de a asista organele ;
- de a tria alimentele solide de cele lichide ;
- de a primi şi de a tria substanţele reziduale ;
- de a efectua funcţiile secundare.

Fiecare organ Zang este cuplat cu un organ Fu şi funcţionează în sinergie cu el :

- ficatul cu vezica biliară ;
- inima cu Stăpânul Inimii şi cu intestinul subţire ;
- splina cu stomacul ;
- plămânii cu intestinul gros ;
- rinichii cu vezica urinară ;
- inima şi Stăpânul Inimii sunt conectate cu vasele, cu creierul şi cu limba, iar intestinul subţire este conectat cu psihismul ;
- rinichii şi vezica sunt conectate cu oasele, cu măduva, cu părul şi cu urechile.

Ficatul

Fiziologie energetică

Organ Yin plin, ficatul intervine în mod decisiv în procesele de circulaţie ale sângelui şi energiei. Activitatea sa de transformare este secundară. El are un rol major în stocarea, reglarea, drenajul şi filtrarea sângelui.

Zi şi noapte, ficatul primeşte sânge puternic încărcat cu Gu Qi (material Yin şi energie Yang) şi îl redistribuie în funcţie de necesităţi. Dacă organismul are o nevoie punctuală de energie, ficatul pune în circulaţie cantitatea necesară de sânge, care va fi îmbogăţită cu energia din aer, la fiecare inspiraţie.

Iată de ce spunem că ficatul „guvernează energia şi sângele".

Pe timpul nopţii, între orele 1 şi 3, sângele rămâne mai mult timp în ficat unde este filtrat îndelung şi regenerat în Gu Qi.

Scanned with OKEN Scanner

Aceste operaţiuni de filtrare şi de reglare au loc în mod constant, dar ele sunt şi mai importante între orele 1 şi 3, atingându-şi minimul între orele 13 şi 15.

Atunci când corpul este în repaus, sângele se întoarce în ficat, într-o mişcare continuă de flux şi reflux.

Ficatul este asociat cu vezica biliară. Relaţia dintre ele este foarte strânsă şi orice impact asupra unuia are repercusiuni asupra celuilalt.

Caracteristica principală a ficatului este de a „pune în mişcare" (cu participarea vezicii biliare). În acest cadru relaţional ficatul planifică şi ordonă, iar vezica biliară execută.

Funcţii

Ficatul :

- guvernează libera circulaţie a energiei şi a sângelui ;
- guvernează activitatea (corp şi minte) ;
- stochează, filtrează şi reglează sângele ;
- controlează secreţia biliară ;
- controlează ligamentele şi tendoanele.

Relaţii

- Ţesuturile relaţionate cu ficatul sunt ligamentele şi tendoanele.
- Deschiderea care corespunde ficatului este reprezentată de ochi.
- Emoţia care corespunde ficatului este furia, iar aspectul psihic este capacitatea de a acţiona.
- Gustul asociat ficatului este acrul.
- În relaţia dintre cele cinci elemente, ficatul este asociat elementului lemn.
- Meridianul mare : SI/F XueYin.

Anatomie energetică

Organ

Ficatul este situat în partea din dreapta sus a abdomenului.

Cântăreşte aproximativ 1,5 kg. Culoarea sa este roşu-brun.

Este compus din patru lobi : lobul drept, lobul pătrat, lobul lui Spiegel şi lobul stâng.

Scanned with OKEN Scanner

Ficatul este vascularizat prin artera hepatică şi vena portă, situate pe partea superioară.

Meridian

- Meridian centripet al piciorului.
- Număr de puncte : 14.

Conexiuni prin ramură internă

- 37Vb (Punct Lo al Vb).
- Organe genitale.
- Diafragmă.
- Gât.
- Plămâni.
- Hipocondrii.
- Buze.
- Ochi.
- Vertex.

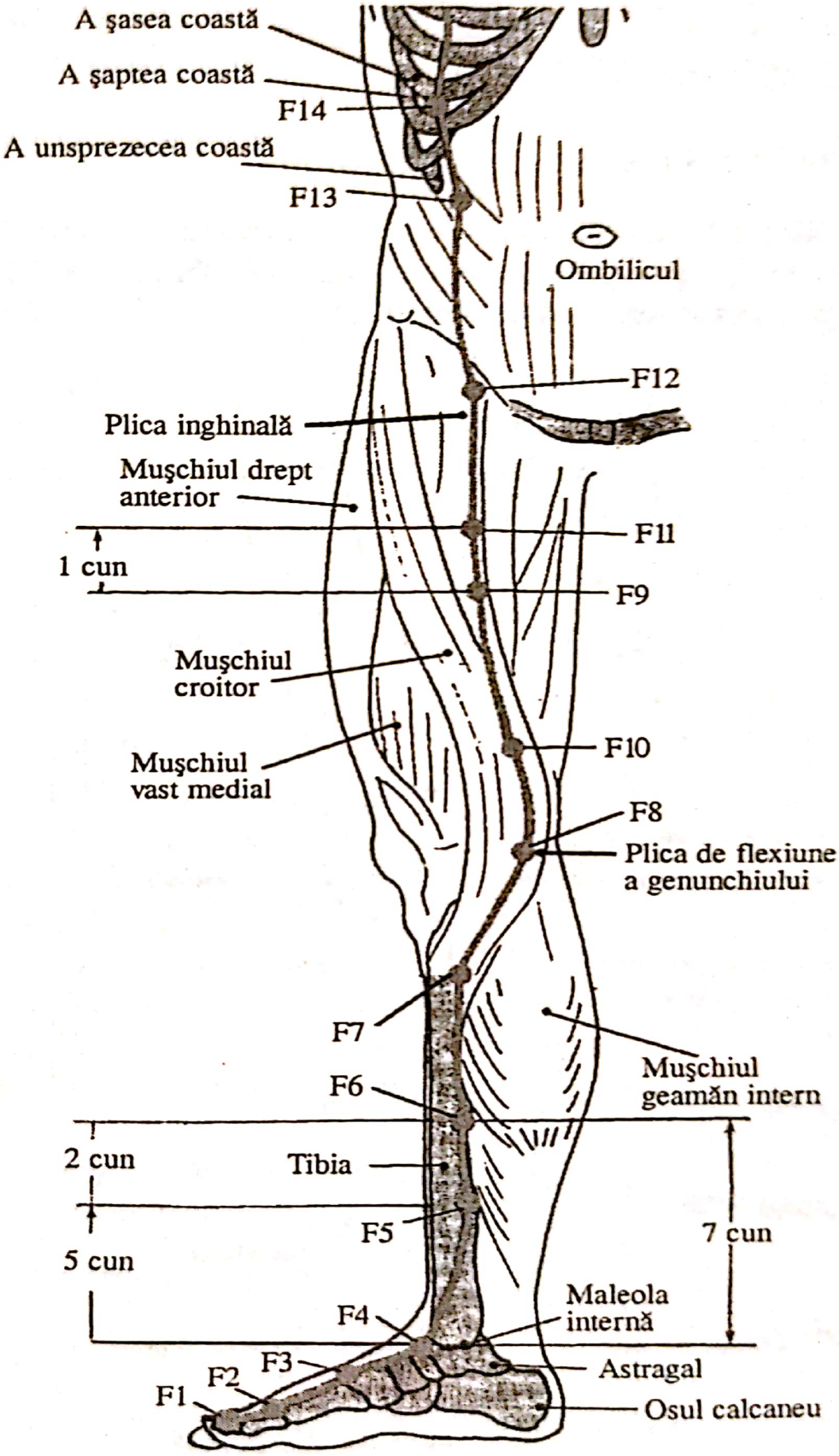
Traiectul meridianului principal

El începe la unghiul extern al degetului mare, urcă prin interiorul gambei (la exteriorul MP Splină şi Rinichi până la jumătatea gambei, apoi se bifurcă la 6F pentru a continua între MP Splină şi Rinichi), trece prin regiunea inghinală, urcă prin abdomen, se bifurcă într-o parte la punctul 13F la capătul celei de-a XI-a coaste şi se opreşte sub mamelon.

Punctele importante pentru masaj

- 2F punct de dispersie : în mijlocul zonei dintre primul şi al doilea deget de la picior ;
- 3F punct de reglare : la 2 cun deasupra comisurii dintre primul şi al doilea deget de la picior ;
- 5F punct Lo : la 5 cun deasupra maleolei interne pe marginea posterioară a tibiei ;
- 6F punct Xi : la 7 cun deasupra maleolei interne, pe marginea posterioară a tibiei ;
- 8F punct de tonifiere : pe muşchiul semimembranos, deasupra plicii genunchiului.

Scanned with OKEN Scanner



Faţă internă a piciorului

Figura 2. *Meridianul Ficatului*

Scanned with OKEN Scanner

Vezica biliară

Fiziologie energetică

Organ Yang gol, vezica biliară este în dependenţă faţă de ficat. Ea este umplută de ficat şi se goleşte la ordinele acestuia. Vezica biliară funcţionează la capacitate maximă între orele 23 şi 1.

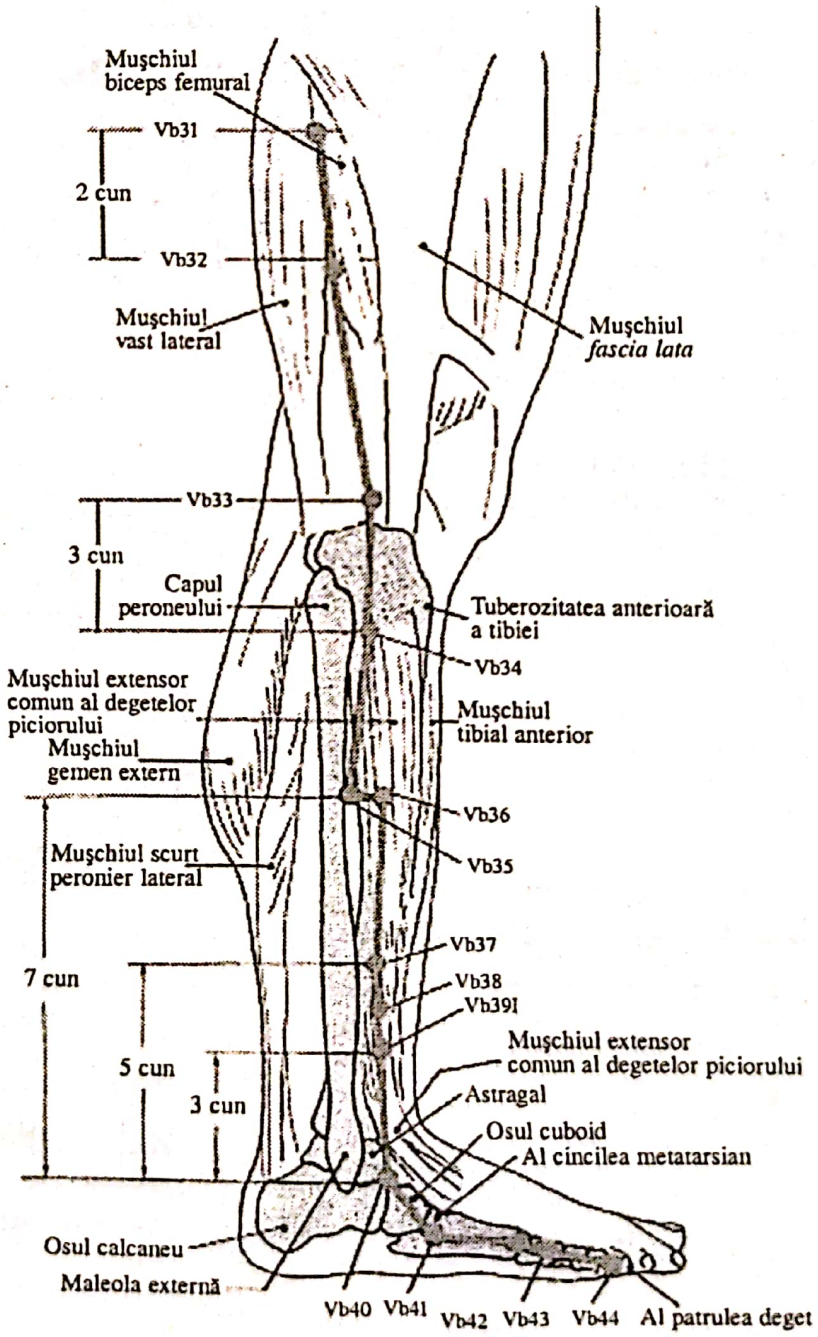


Figura 3a. *Meridianul Vezicii biliare*

Scanned with OKEN Scanner

Pe de altă parte, ea protejează ficatul atât de efectele externe şi interne ale căldurii şi ale umidităţii, cât şi de cele emoţionale.

Funcţii

Vezica biliară :

- primeşte şi secretă bila ;
- absoarbe o parte din influenţele emoţionale ale ficatului.

Relaţii

Aceleaşi ca ale ficatului şi stomacului.
Marele meridian : TF/Vb „ShaoYang".

Anatomie energetică

Organ

Observăm în mod distinct :

- căile biliare intrahepatice, compuse din canale hepatice (de la cele mai fine canale intrahepatice până la canalul stâng, respectiv drept) ;
- căile biliare extrahepatice care includ vezica biliară, prelungită prin canalul cistic care se uneşte cu canalul hepatic comun, formând astfel canalul coledoc, însărcinat să verse bila în duoden. Legătura anatomo-fiziologică se realizează prin sfincterul Oddi.

Meridian

- Meridianul centrifug al piciorului.
- Număr de puncte : 44.

Conexiuni prin ramura internă

- 5F (punct Lo).
- Diafragmă.
- Urechea internă.
- Hipocondrii.
- Stomac.

Scanned with OKEN Scanner

Relații

- Vasele sunt țesuturile aflate în legătură cu inima.
- Deschiderea care corespunde inimii este limba.
- Privirea manifestă echilibrul la nivelul spiritului (Shen).
- Emoția care corespunde inimii este bucuria (cu sensul de fericire) și aspectul psihic este clarificarea gândului.
- Gustul care corespunde inimii este cel amar.

Anatomie energetică

Organ

Inima este un organ Yin pe jumătate gol, de formă piramidală triunghiulară.

Dispusă între cei doi plămâni (mediastin), ea este așezată cu vârful în jos, oblic spre partea stângă, sprijinindu-se pe diafragmă. Baza inimii este situată la înălțimea porțiunii inferioare a sternului. Cântărește aproximativ 260 g la femei și aproximativ 270 g la bărbați. E învelită într-o membrană, pericardul, care este un element organic constitutiv Fu al Stăpânului Inimii.

Fața internă e tapițată cu o altă membrană, endocardul, care este un element constitutiv Zang al inimii.

Interiorul inimii este divizat în patru cavități: două atrii situate în partea de sus și două ventricule situate în cea de jos.

Atriile sunt separate între ele printr-un sept interatrial, iar cele două ventricule – printr-unul interventricular.

Atriul drept este separat de ventriculul drept prin valvula tricuspidă, iar atriul stâng este separat de ventriculul stâng prin valvula mitrală.

Țesutul excitoconductor (nodul sino-atrial Keith-Flack și fasciculul His) este sistemul de distribuție Yang specific inimii, care asigură activitatea sa contractilă.

Vasele legate de inimă sunt de două tipuri:

- *arterele* aduc sângele îmbogățit de energia din aer (oxigenat) în tot corpul printr-un sistem de vase din ce în ce mai mici;
- *venele* recuperează sângele sărac în elemente energetice (încărcate cu gaz carbonic) și îl aduc la inimă, de unde pleacă spre plămâni unde este îmbogățit din nou la fiecare inspirație.

Scanned with OKEN Scanner

Meridian

- Meridian centrifug al mâinii.
- Număr de puncte : 9.

Conexiuni prin ramura internă

- 7IS, punct Luo al IS.
- Creier.
- Limbă.
- Obraji.
- Ochi.
- Rinichi.
- Plămâni.

Traiectul meridianului principal

Începe în centrul fosei axilare, coboară pe partea internă a braţului, trece printre epitrohlee şi marginea internă a plicii cotului, se întinde de-a lungul marginii cubitale, apoi de-a lungul eminenţei hipotenare şi îşi termină traiectul în punctul I9, la 0,1 cun în spatele marginii ungveale interne a degetului mic.

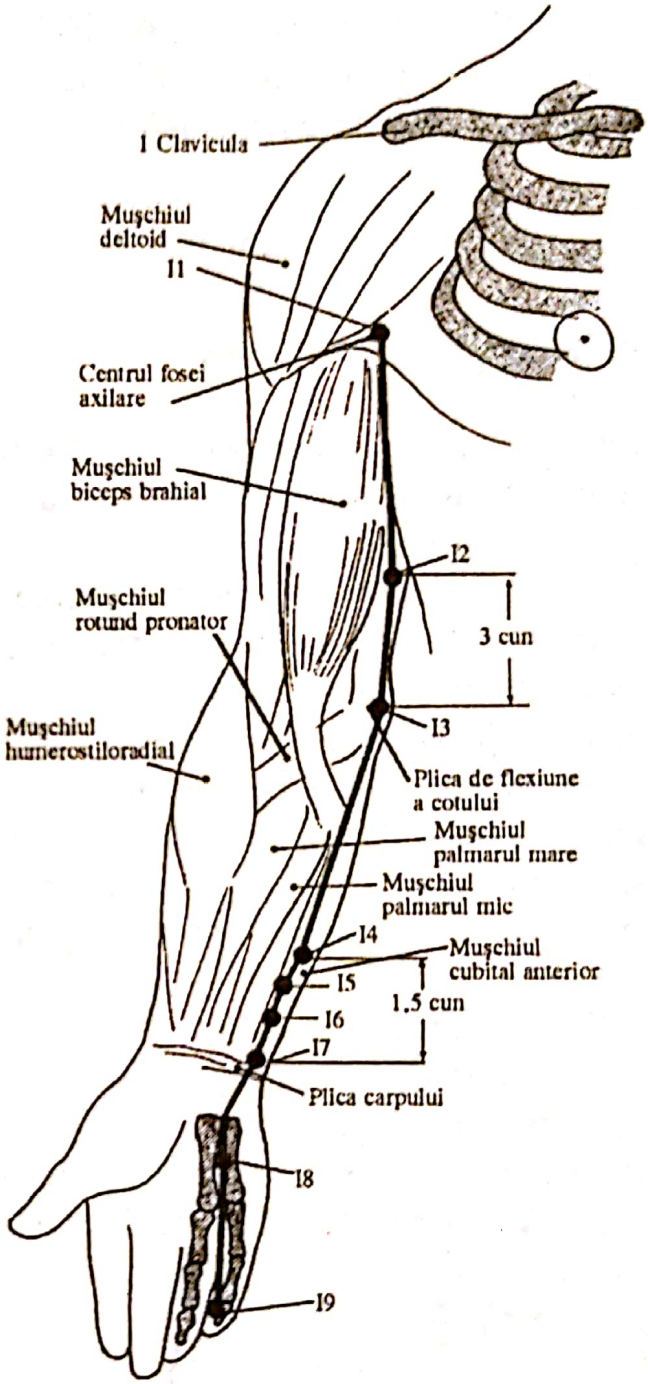


Figura 4. *Meridianul Inimii*

Puncte importante pentru masaj

- I1 punct de intrare, dureri şi pierderi de mobilitate a braţului : situat în centrul axilei.
- I3 punct de reglare, tremurături, sufocare : situat între epitrohlee şi marginea internă a plicii cotului.
- I7 punct de dispersie, agitaţie : situat sub marginea superioară a osului pisiform.

Scanned with OKEN Scanner

- I8 punct de armonizare I/R: situat între a patra şi a cincea metacarpiană, în locul în care aşezăm în mod normal degetul mic atunci când îndoim mâna.

Intestinul subțire

Fiziologie energetică

Cuplat cu inima, intestinul subţire este un organ Yang gol, autonom în funcţia sa digestivă, dar dependent de inimă în ceea ce priveşte acţiunea sa asupra psihismului.

Intestinul subţire primeşte alimentele predigerate, provenite din stomac sau, mai precis, din duoden. Acestea ajung sub forma unui terci, numit *chim*, compus din particule alimentare reduse, din apă, din secreţii ale glandelor gastrice şi din bilă.

Pe tot parcursul procesului digestiv, intestinul subţire va sorta elementele solide de cele lichide, va transmite splinei energia rezultată din aceste substanţe, apoi va îndrepta spre intestinul gros substanţele reziduale grele, iar spre rinichi şi spre vezica urinară cele uşoare, transportate în apă.

De asemenea, intestinul subţire acţionează asupra psihismului, ca anexă a inimii, şi o protejează ca factor emoţional regulator.

Activitatea maximă a intestinului subţire se situează între orele 13 şi 15. Putem deci considera că funcţiile sale, mai ales cele digestive care necesită mai multă energie Yang, vor fi cel mai bine efectuate în acest interval orar.

Funcții

Intestinul subţire:

- absoarbe, împreună cu Stăpânul Inimii, o parte din factorii patogeni interni şi externi care pot dăuna inimii;
- separă elementele nutritive solide de cele lichide.

Relații

- Aceleaşi ca ale inimii, stomacului şi intestinului gros.
- Marele meridian: IS/V „Tai Yang".

Scanned with OKEN Scanner

Anatomie energetică

Organ

Intestinul subţire, situat în abdomen, este plasat între stomac şi intestinul gros.

Începe la pilor şi se termină la cecum; măsoară aproximativ şapte metri.

Intestinul subţire este format din două părţi: duodenul şi jejuno-ileonul, format din cincisprezece anse intestinale.

Mezenterul este membrana peritoneală care leagă jejuno-ileonul de peretele abdominal.

Meridian

- Meridianul centripet al mâinii.
- Număr de puncte: 19.

Conexiuni pe ramura internă

- 5I (punct Lo).
- 14VG.
- Diafragmă.
- Stomac.
- Splină.
- Rinichi.

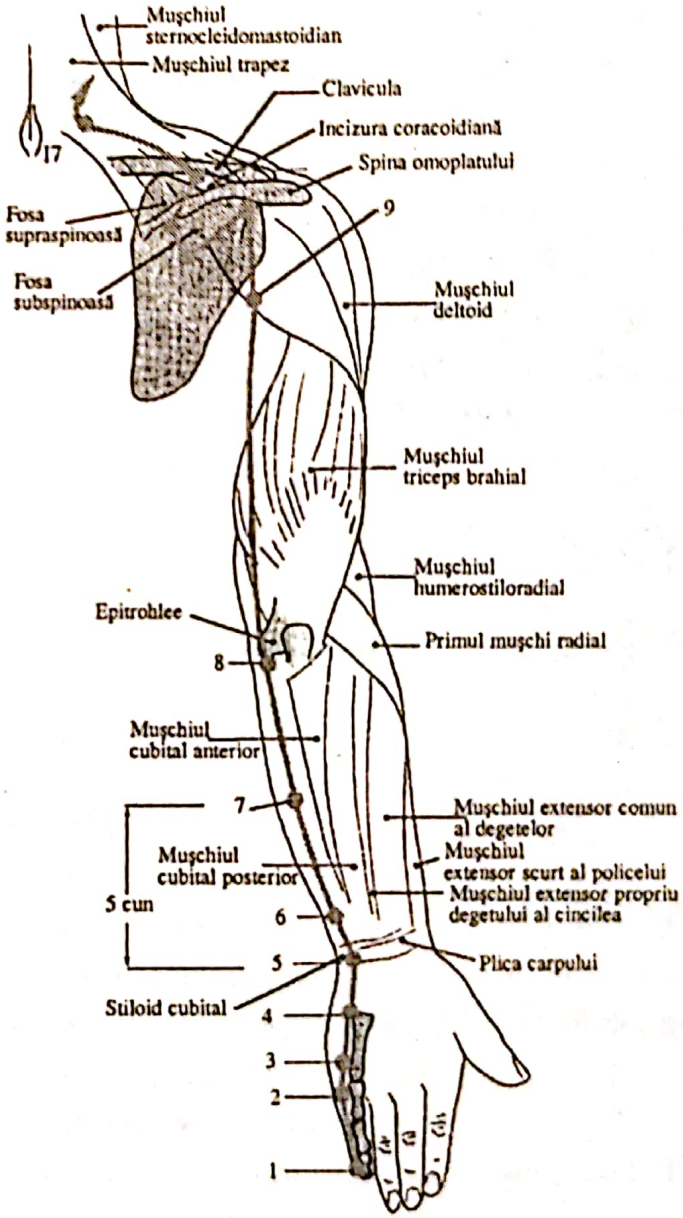


Figura 5. *Meridianul Intestinului subţire*

Scanned with OKEN Scanner

- I8 punct de armonizare I/R: situat între a patra şi a cincea metacarpiană, în locul în care aşezăm în mod normal degetul mic atunci când îndoim mâna.

Intestinul subţire

Fiziologie energetică

Cuplat cu inima, intestinul subţire este un organ Yang gol, autonom în funcţia sa digestivă, dar dependent de inimă în ceea ce priveşte acţiunea sa asupra psihismului.

Intestinul subţire primeşte alimentele predigerate, provenite din stomac sau, mai precis, din duoden. Acestea ajung sub forma unui terci, numit *chim*, compus din particule alimentare reduse, din apă, din secreţii ale glandelor gastrice şi din bilă.

Pe tot parcursul procesului digestiv, intestinul subţire va sorta elementele solide de cele lichide, va transmite splinei energia rezultată din aceste substanţe, apoi va îndrepta spre intestinul gros substanţele reziduale grele, iar spre rinichi şi spre vezica urinară cele uşoare, transportate în apă.

De asemenea, intestinul subţire acţionează asupra psihismului, ca anexă a inimii, şi o protejează ca factor emoţional regulator.

Activitatea maximă a intestinului subţire se situează între orele 13 şi 15. Putem deci considera că funcţiile sale, mai ales cele digestive care necesită mai multă energie Yang, vor fi cel mai bine efectuate în acest interval orar.

Funcţii

Intestinul subţire:

- absoarbe, împreună cu Stăpânul Inimii, o parte din factorii patogeni interni şi externi care pot dăuna inimii;
- separă elementele nutritive solide de cele lichide.

Relaţii

- Aceleaşi ca ale inimii, stomacului şi intestinului gros.
- Marele meridian: IS/V „Tai Yang".

Scanned with OKEN Scanner

Anatomie energetică

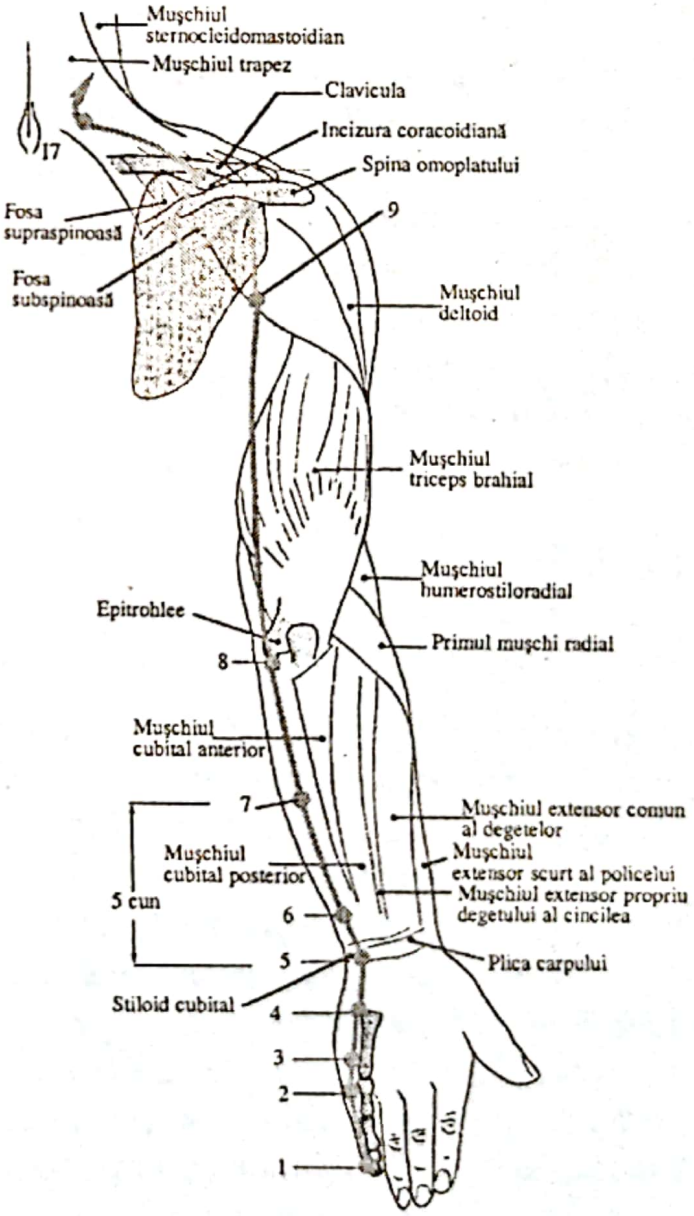
Organ

Intestinul subţire, situat în abdomen, este plasat între stomac şi intestinul gros.

Începe la pilor şi se termină la cecum; măsoară aproximativ şapte metri.

Intestinul subţire este format din două părţi: duodenul şi jejuno-ileonul, format din cincisprezece anse intestinale.

Mezenterul este membrana peritoneală care leagă jejuno-ileonul de peretele abdominal.



Meridian

- Meridianul centripet al mâinii.
- Număr de puncte: 19.

Conexiuni pe ramura internă

- 5I (punct Lo).
- 14VG.
- Diafragmă.
- Stomac.
- Splină.
- Rinichi.

Figura 5. *Meridianul Intestinului subţire*

Scanned with OKEN Scanner

Traiectul meridianului principal

Începe la punctul 1 IS, la 0,1 cun în spatele marginii ungveale externe a degetului mic, urcă spre marginea cubitală, apoi de-a lungul părţii posterioare a antebraţului şi a braţului, trece peste partea posterioară a umărului până la baza gâtului, întâlneşte mijlocul obrazului şi se termină la nivelul tragusului degetului mic al mâinii.

Puncte importante pentru masaj

- 3 IS punct de tonifiere: situat la 1 cun deasupra articulaţiei metacarpo-falangiene al celui de-al cincilea deget.
- 7 IS punct Luo: situat la 5 cun deasupra carpului, de-a lungul crestei cubitale.
- 10 IS punct de tratament al umărului: situat sub extremitatea externă a crestei spinoase.
- 15 IS punct de tratament al gâtului: sub apofiza spinoasă a I7, la 2 cun în exterior.

Splina

Fiziologie energetică

Acest organ (împreună cu meridianul său) intervine în transformarea hranei în energie, în transportul energiei nutritive Gu Qi, în producerea sângelui (împreună cu măduva) şi în transformarea lichidelor organice.

Splina este un organ a cărui activitate de transformare este fundamentală, dar ea influenţează, de asemenea, menţinerea sângelui în vase şi repartiţia umidităţii în organism.

Splina acţionează totodată asupra construcţiei musculare.

Rolul său este central deoarece este cu adevărat multifuncţională.

În pofida importanţei sale, putem supravieţui după o splinectomie, fiindcă funcţiile energetice de bază continuă să fie îndeplinite de meridianul său, însă vom avea o sănătate precară şi vom trăi mai puţin timp.

Activitatea maximală a splinei se situează între orele 9 şi 11, ceea ce ne permite să deducem următoarele atuuri ale acestui interval orar:

- mâncarea este mai bine asimilată;

Scanned with OKEN Scanner

- producerea sângelui este mai însemnată ;
- subiectul este mai puţin expus hemoragiilor.

Funcţii

Splina :

- guvernează procesarea alimentelor ;
- controlează transportul energiei nutritive ;
- participă la formarea sângelui ;
- asigură homeostazia ;
- controlează carnea şi muşchii ;
- intervine în reglarea umidităţii corpului ;

Relaţii

- Splina are o relaţie privilegiată cu plămânii spre care trimite fără încetare energia nutritivă Gu Qi cu scopul de a elabora amestecul dintre Gu Qi şi energia din aer : Xiong Qi.
- Ţesuturile legate de splină sunt carnea şi muşchii.
- Deschiderea care corespunde splinei este gura.
- Emoţia care corespunde splinei este grija, iar aspectele psihice – studiul şi concentrarea.
- Gustul aflat în legătură cu splina este dulcele.

Anatomie energetică

Organ

Splina este un organ de culoare roşu-închis, situat în partea superioară din stânga abdomenului, sub diafragmă, în spatele stomacului şi deasupra unghiului stâng al colonului, la înălţimea jumătăţii superioare externe a rinichiului stâng.

La adult, ea măsoară aproximativ 12 cm × 8 cm şi cântăreşte aproape 200 g.

Meridian

- Meridianul centripet al piciorului.
- Număr de puncte : 21.

Scanned with OKEN Scanner

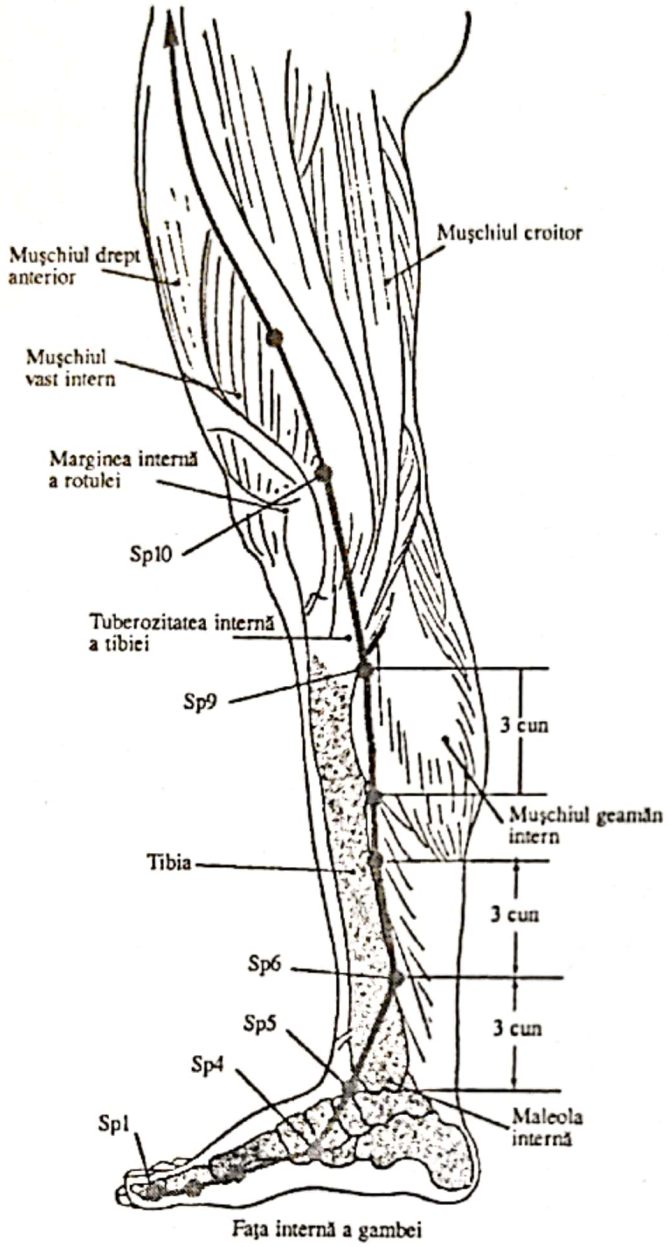


Figura 6a. *Meridianul Splinei*

Conexiuni pe ramura internă

- 40 S (punct Lo).
- Plămâni.
- Ficat.
- Inimă.
- Gură.
- Limbă şi buze.

Traiectul meridianului principal

Începe la 0,1 cun în spatele unghiului ungveal intern al degetului mare de la picior, continuă de-a lungul părţii interne a marginii interne a piciorului, trece prin faţa maleolei interne, urcă de-a lungul tibiei, apoi de-a lungul feţei interne a coapsei, trece la nivelul regiunii inghinale la 4 cun de linia mediană, urcă pe abdomen la 4 cun de linia mediană, apoi pe torace începând cu al cincilea spaţiu intercostal până la al doilea spaţiu intercostal, la o distanţă de 6 cun de linia mediană şi se termină în punctul 21 splină, în al şaselea spaţiu intercostal sub linia axilară.

Puncte importante pentru masaj

- 2 Sp punct de tonifiere: situat pe marginea internă a degetului mare, înaintea primei articulaţii metatarso-falangiene.
- 6 Sp punct de reglare a meridianului şi a funcţiilor organului: situat la 3 cun deasupra maleolei interne, pe creasta tibială.
- 10 Sp punct de reglare a meridianului şi a funcţiilor organului: situat pe muşchiul vast intern, la 2 cun deasupra marginii supero-interne a rotulei.

Scanned with OKEN Scanner

- 21 Sp punct de reglare a meridianului şi a funcţiilor organului : situat în al şaselea spaţiu intercostal sub linia axilară.

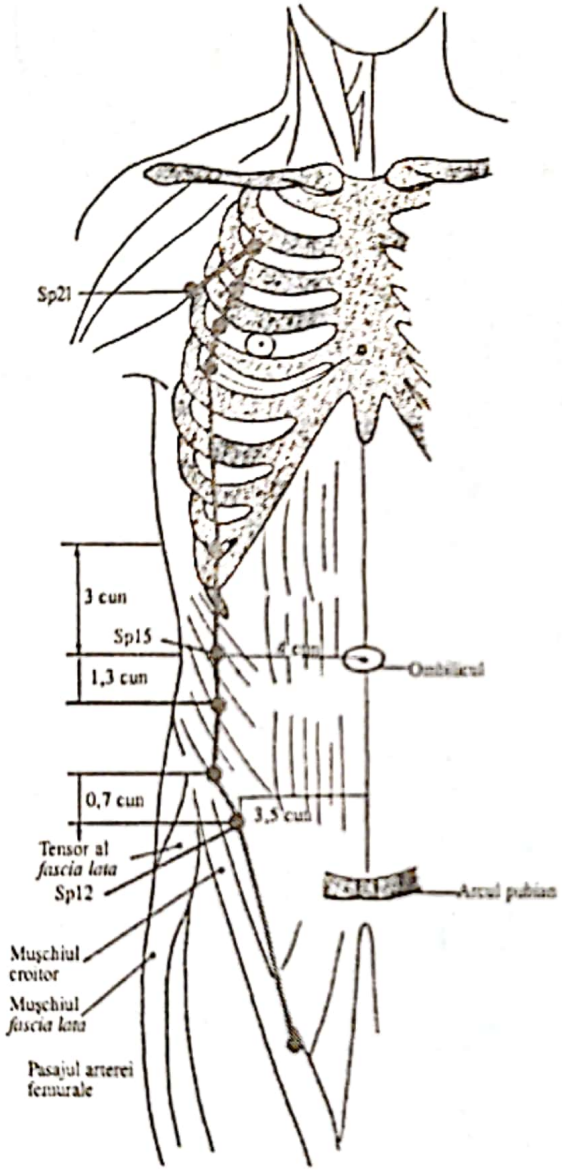


Figura 6b. *Meridianul Splinei*

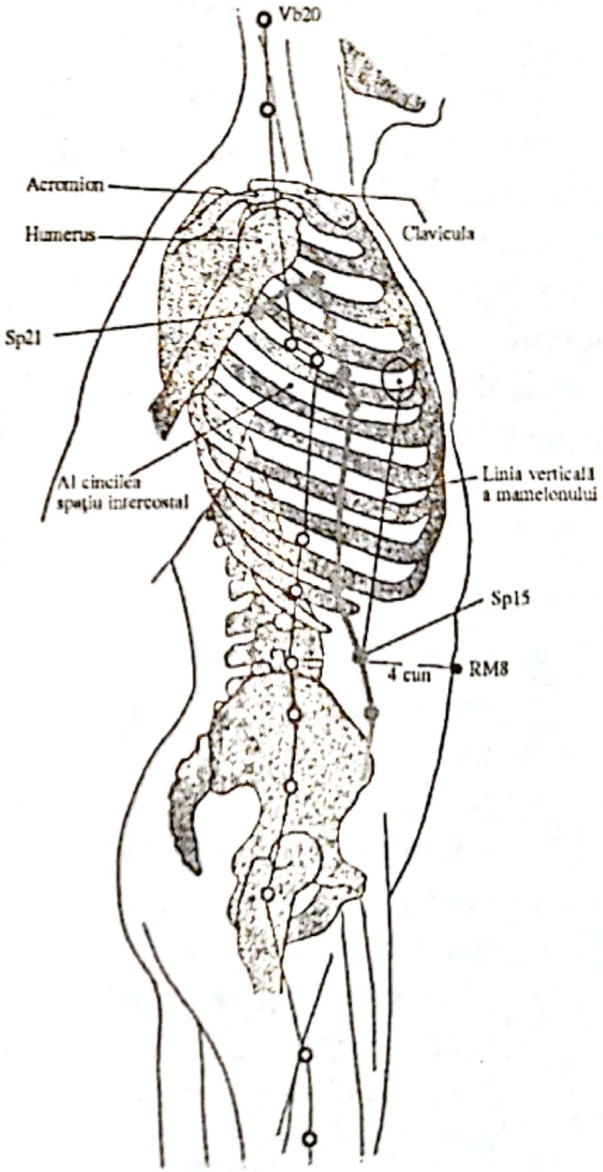


Figura 6c. *Meridianul Splinei*

Stomacul

Fiziologie energetică

Rolul stomacului ţine în mod esenţial de digestie. Acest organ se mai numeşte „marea cerealelor", ilustrând astfel activitatea sa cvasipermanentă de receptare şi de triere laborioasă a substanţelor nutritive.

După gură, stomacul este al doilea actor în procesul digestiei.

Scanned with OKEN Scanner

Legătura sa cu splina este constantă şi funcţionează în ambele sensuri.

El răspunde la factorii emoţionali şi psihici ai splinei şi posedă în plus o reactivitate importantă la stres şi la dezechilibrele interne, întrucât este organul Yang cu cele mai pronunţate caracteristici Yang.

Ora sa de vârf este cuprinsă în intervalul 7-9.

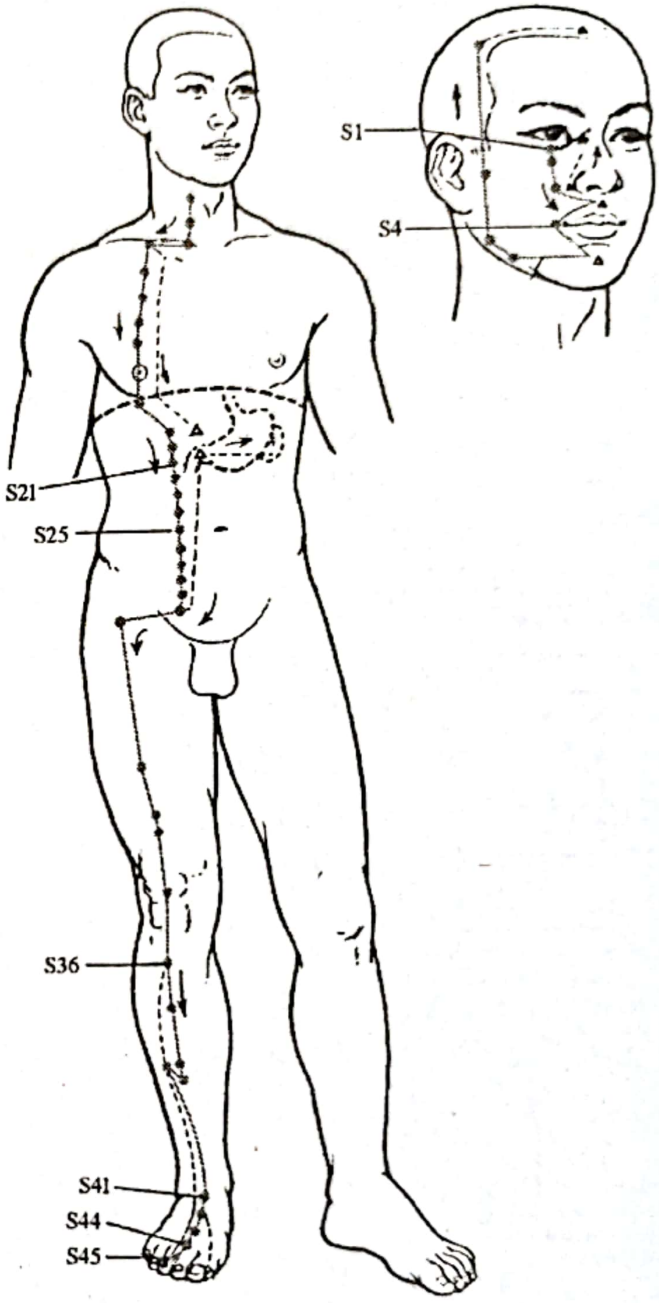


Figura 7a. *Meridianul Stomacului*

Funcţii

Stomacul:

- primeşte alimentele mărunţite deja în cavitatea bucală;
- fragmentează elementele nutritive şi separă partea solidă de partea uşoară;
- absoarbe o parte din factorii patogeni interni şi externi care pot dăuna splinei.

Relaţii

- Aceleaşi ca splina.
- Marele meridian: IG/S „Yang Ming".

Anatomie energetică

Stomacul este un sac receptacul al alimentelor şi al băuturilor.

Este situat la capătul esofagului, în partea superioară central-stângă a abdomenului, având forma literei J.

Scanned with OKEN Scanner

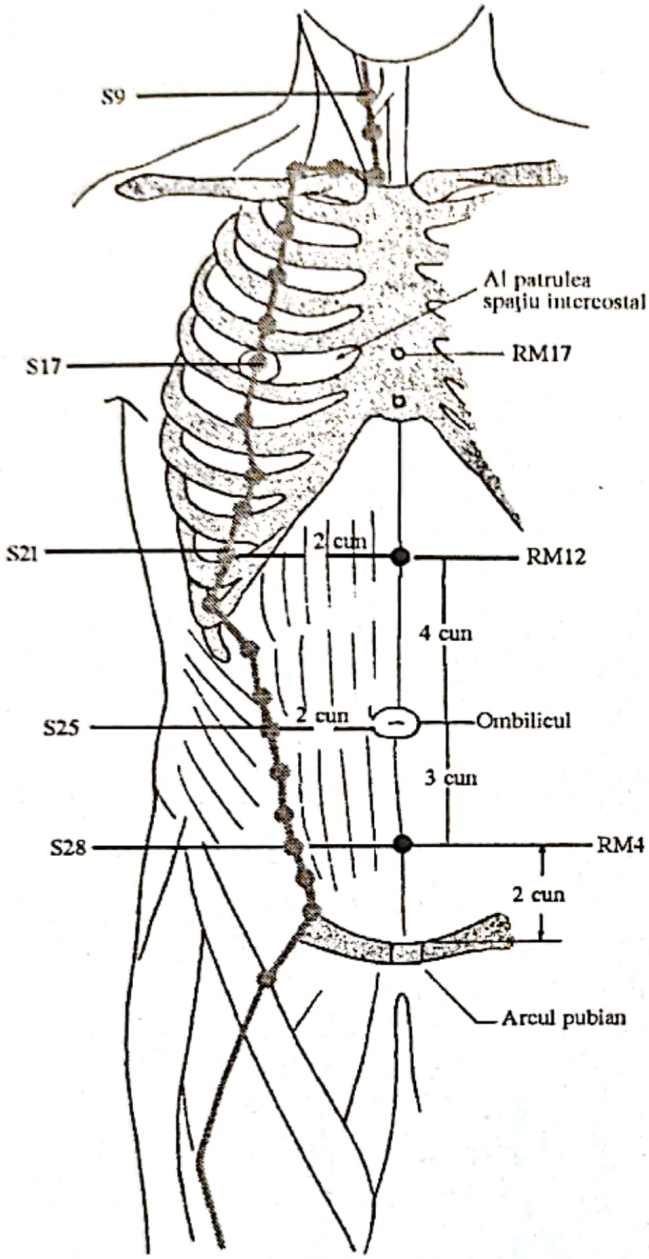


Figura 7b. *Meridianul Stomacului*

Partea de sus, aflată în legătură cu esofagul, se numeşte cardia; partea de jos, terminală, aflată în legatură cu intestinul subţire, poartă numele de pilor.

Stomacul este constituit dintr-o submuscoasă şi o mucoasă conţinând glande gastrice, acoperite de un strat muscular contractil, ansamblul fiind învelit de o membrană peritoneală.

La adult, stomacul măsoară aproximativ 25 cm × 11 cm.

Conexiuni pe ramura internă

- Splina;
- 4Sp (punct Lo);
- Meridianul Vezicii urinare;
- Gingii;
- Orbită.

Traiectul meridianului principal

Acesta începe la punctul 1S într-o scobitură, la 0,5 cun sub marginea superioară mediană a orbitei, coboară în axul ochiului până la unghiul maxilar inferior, urcă pe faţa temporală până la unghiul temporo-frontal, apoi coboară printr-un traiect intern pentru a reveni la suprafaţă la punctul 9S lângă „mărul lui Adam", urmăreşte muşchiul sternocleidomastoidian, coboară pe torace la o distanţă de 4 cun de axul median până la nivelul apendicelui xifoid, apoi coboară spre abdomen la 2 cun de axul median până la punctul 30S unde se bifurcă până în faţa articulaţiei femuro-iliacă, coboară din nou pe faţa anterioară a coapsei, apoi pe faţa antero-externă a gambei, trece prin mijlocul părţii superioare a piciorului, continuă între al doilea şi al treilea metatarsian şi se

Scanned with OKEN Scanner

termină în punctul 45S la 0,1 cun în spatele unghiului ungveal extern al celui de-al doilea deget de la picior.

Puncte importante pentru masaj

- 41S punct de tonifiere: la mijlocul plicii de flexiune din partea superioară a piciorului.
- 36S punct regulator general: la 3 cun sub interlinia articulară femuro-tibială şi 1 cun în exterior.
- 25S punct mesager al IG: la 2 cun în exteriorul ombilicului.
- 4S punct sedativ: la 0,5 cun în exteriorul comisurii buzelor.

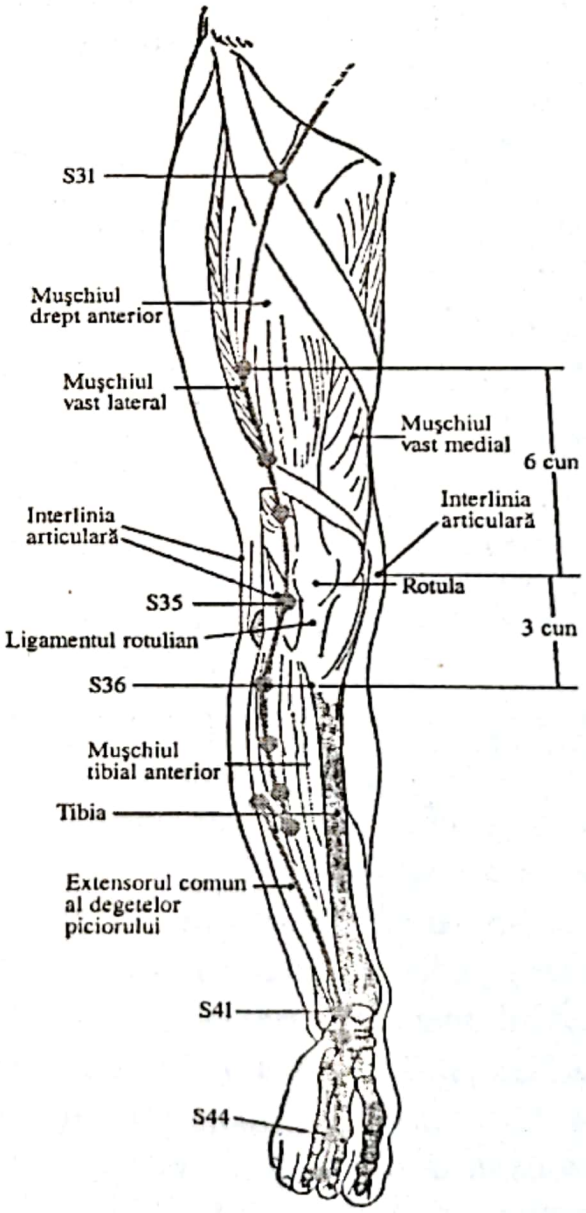


Figura 7c. *Meridianul Stomacului*

Scanned with OKEN Scanner

Plămânii

Fiziologie energetică

Plămânii sunt organele Yin cu cele mai pronunţate caracteristici Yang, cele care fac legătura între mediile intern şi extern şi deci primele atinse de atacurile climatice.

Se spune că plămânii sunt „stăpânii energiei" deoarece activitatea lor esenţială constă în transformarea şi difuzarea energiei.

Plămânul absoarbe aerul, triază, filtrează şi reţine elementele utile şi respinge reziduurile, primeşte energia nutritivă a splinei (Gu Qi) pe care o uneşte cu elementele bogate din aer pentru a constitui Xiong Qi-ul care este energia dobândită prezentă în sângele arterial.

Plămânii impulsionează distribuţia energiei.

Această acţiune este permanentă la nivelul sângelui şi se întinde şi la nivelul altor organe pe care le alimentează cu Xiong Qi între orele 3 şi 5, în perioada sa de vârf.

Vechiul tratat al internistului precizează : „Dimineaţa, toate organele vin în audienţă la plămân".

Energia plămânilor scade pentru că este trimisă spre rinichi care primesc Xiong Qi-ul în timpul inspiraţiei.

Lichidul organic vaporizat spre Biao provine din Yin-ul renal şi din cel al plămânilor.

Plămânii difuzează şi energia defensivă (Wei Qi) la suprafaţa corpului, aceasta participând, pe lângă rinichi şi splină, la protecţia generală a organismului.

Funcţii

Plămânul :

- guvernează energia şi respiraţia ;
- difuzează şi direcţionează energia în jos ;
- mobilizează lichidul organic ;
- produce şi dirijează Wei Qi-ul.

Scanned with OKEN Scanner

Relații

- Țesutul care corespunde plămânilor este pielea.
- Deschiderea care corespunde plămânilor este nasul.
- Emoția care corespunde plămânilor este tristețea și plăcerea, iar relația psihică este activitatea senzorială.
- Gustul care corespunde plămânilor este cel picant.

Anatomie energetică

Organ

În medicina chineză, plămânii nu pot fi disociați de ansamblul sistemului respirator care cuprinde căile aeriene și organele.

Acestea din urmă sunt situate în partea superioară a cutiei toracice. Ele sunt lipite pe fața internă profundă a coșului pieptului și se sprijină pe diafragmă.

Plămânul drept este mai voluminos decât cel stâng, greutatea lor fiind de aproximativ 700 g, respectiv 600 g la bărbați și cu aproximativ 10% mai puțin la femei.

Plămânii sunt formați prin juxtapunerea unor structuri elementare asemănătoare, lobii pulmonari, la fel cum rinichii sunt formați din nefroni.

Fiecare lob conține bronhiole terminale care aduc aerul până la nivelul acinului, sac al cărui perete foarte fin este format dintr-un singur strat de celule. Acest perete se află, pe de o parte, în contact cu aerul transportat de bronhiolele terminale și, pe de altă parte, cu sângele adus de capilarele pulmonare.

Alveolele pulmonare sunt intumescențele care formează acinul.

Pleura este învelișul care înconjoară plămânii. Este formată dintr-o foiță parietală agățată de cutia toracică și dintr-una viscerală agățată de plămâni. Între ele se găsește un strat subțire de lichid pleural care asigură glisarea celor două foițe.

Meridian

- Meridian centrifug al mâinii.
- Număr de puncte: 11.

Scanned with OKEN Scanner

Conexiuni prin ramura internă

- Intestinul gros.
- 7P, punct Lo.
- Rinichi.
- Inimă.
- Ficat.
- Splină.
- Nas.
- Piele.

Traiectul meridianului principal

Începe la punctul 1P, deasupra celei de-a doua coaste, la o distanşă de 6 cun de linia mediană, trece prin faţa anterioară a umărului, apoi de-a lungul feţei interne a braţului şi antebraţului, urmăreşte partea radială a osului carp, a feţei interne a primului metacarpian şi se termină la 0,1 cun în spatele unghiului ungveal intern al degetului mare.

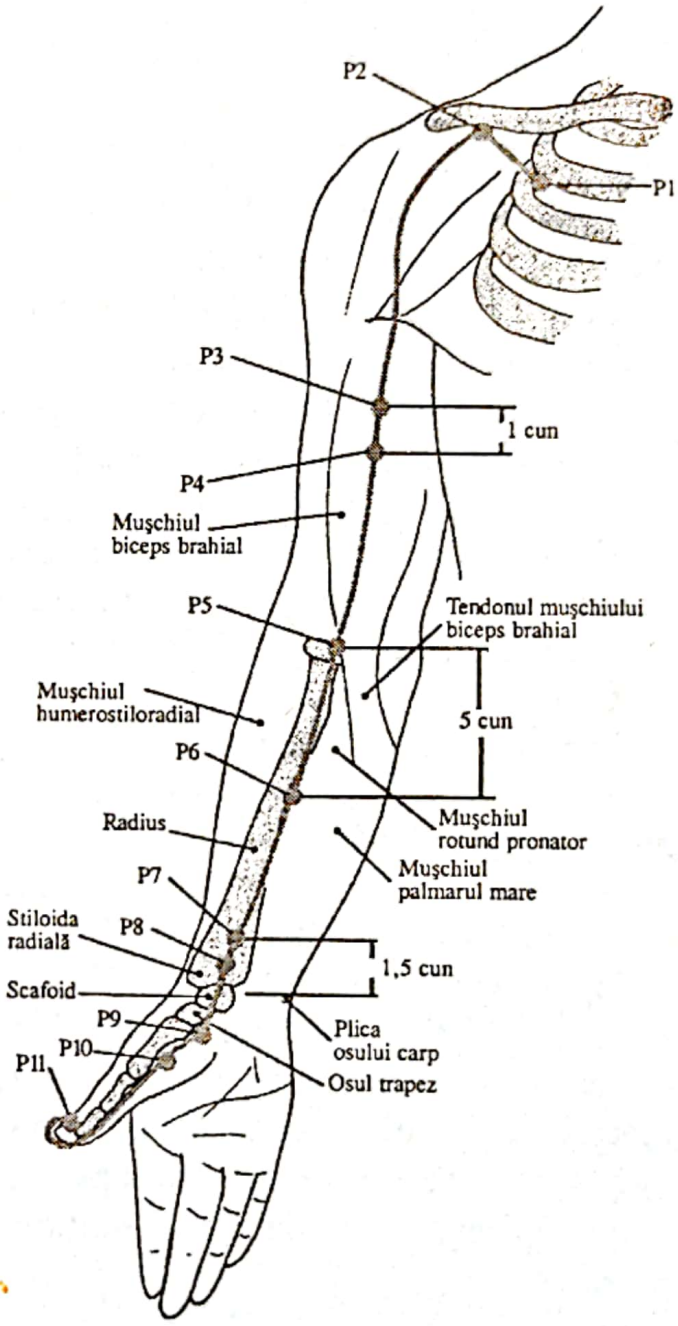


Figura 8. *Meridianul Plămânilor*

Puncte importante pentru masaj

- 1P deasupra celei de-a doua coaste, la 6 cun de linia mediană: punct Mu.
- 9P la baza osului trapez: punct de tonifiere.
- 7P pe muchia radiusului, la 0,5 cun deasupra stiloidei radiale: punct Yuan.

Scanned with OKEN Scanner

Intestinul gros

Fiziologie energetică

Organ Yang cuplat cu plămânii, intestinul gros participă la digestie excretând substanţelor reziduale solide şi participă totodată la gestionarea lichidelor de natură alimentară, absorbind o ultimă cantitate de apă prin capilare, adică prin filtrarea moleculară. Partea cea mai uşoară a acestui lichid organic este îndreptată spre plămâni unde va avea rolul de a îmbogăţi Yin-ul pulmonar, în timp ce partea mai grea, reabsorbită (conţinând câteva reziduuri), este îndreptată spre rinichi.

Yin-ul intestinului gros cuprinde atât această parte a lichidului organic (Jin) adiţionat celui de lubrifiere a mucozităţii sale (Ye) şi a lichidului organic intrafecal, cât şi sângele intra şi periorganic (organ şi meridian profund).

Yang-ul intestinului gros, care reprezintă energia sa dinamică, asigură ieşirea Yin-ului mai uşor (Jin) şi, totodată, eliminarea Yin-ului său mai greu (Ye) şi a dejecţiilor (scaune).

Scaunele constituie 70% din reziduurile alimentare, 20% din reziduurile celulare şi 10% din diverşi compuşi (umiditate, corpuri chimice, reziduuri hormonale, toxine etc.).

Ora de vârf a activităţii intestinului gros este cuprinsă în intervalul 5-7, perioadă în care Yang-ul este mai puternic; iată deci cel mai indicat moment pentru o golire intestinală completă. Pe plan fizic, intestinul gros este organul Yang care protejează plămânii, absorbind primele efecte ale dificultăţilor emoţionale care îi sunt proprii (şocul emoţional, tristeţea, supărarea).

Funcţii

Intestinul gros:

- primeşte de la intestinul subţire reziduurile alimentare sărăcite;
- elimină reziduurile de origine digestivă;
- reabsoarbe o parte din apa de origine alimentară.

Relaţii

- Aceleaşi ca ale plămânilor.
- Marele meridian: IG/S „Yang Ming".

Scanned with OKEN Scanner

Anatomie energetică

Măsurând aproximativ 1,50 m, tubul intestinului gros este de un calibru mult mai important decât cel al intestinului subţire: aproximativ 8 cm la început, subţiindu-se până la 3 cm la nivelul colonului descendent.

Straturile tisulare care formează structura sa sunt identice cu cele ale intestinului subţire, în următoarele aspecte: membrana mucoasă este lipsită de vilozităţi, iar membrana musculară prezintă deformări. Intestinul gros începe de la cecum – care este îmbinarea dintre intestinul subţire şi intestinul gros – şi se termină la anus.

Intestinul gros este constituit din mai multe părţi:

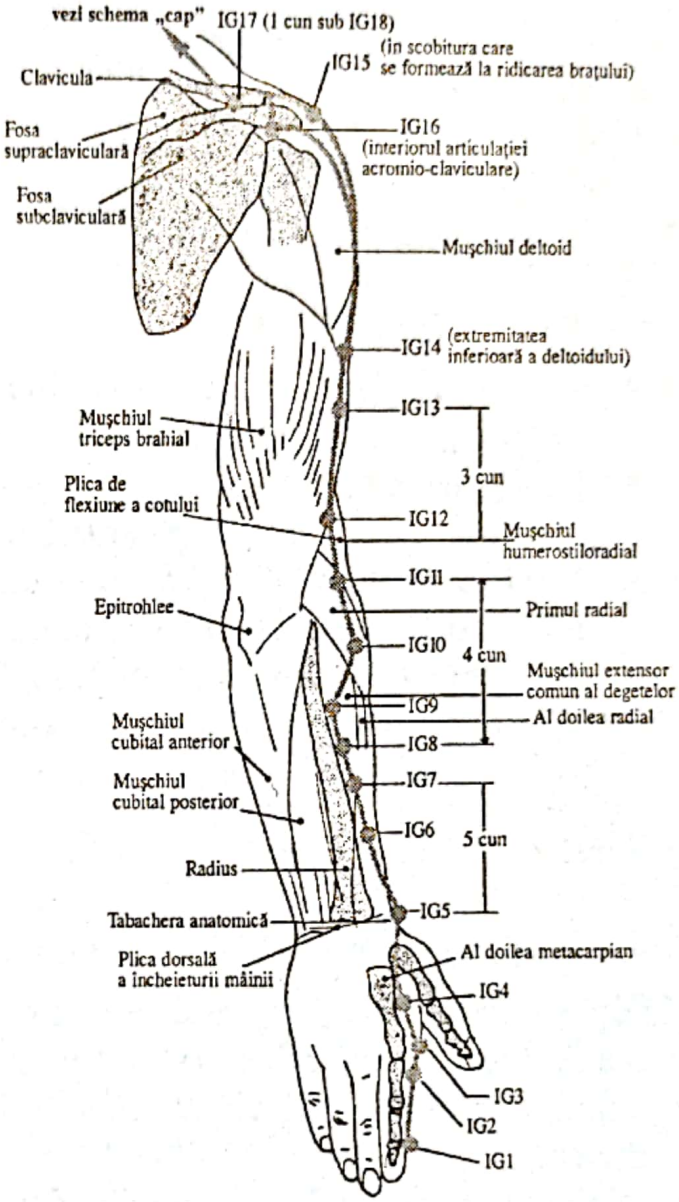


Figura 9. *Meridianul Intestinului gros*

- *cecumul*: proeminenţă în josul căreia se află apendicele;
- *colonul*: ascendent, terminat cu unghiul colic drept;
- *colonul transvers*: traversează toată suprafaţa abdominală, terminat cu unghiul colic stâng (unghi splenic);
- *colonul descendent*: se întinde de-a lungul părţii stângi;
- *colonul sigmoid*: poziţionat sub formă de U;
- *rectul*: format din ampula rectală, canalul anal şi sfincterul anal.

Traiectul meridianului principal

Acesta începe la 0,1 cun în spatele unghiului ungveal intern al indexului, merge de-a lungul celui de-al doilea metacarpian, urcă prin exterior pe

marginea radială a antebraţului, urcă apoi pe partea externă a braţului, trece prin mijlocul umărului, urcă pe partea laterală a gâtului până la punctul 18IG, apoi se îndreaptă spre maxilarul inferior pentru a reapărea sub nară, încheindu-şi parcursul în punctul 20IG, la o distanţă de 0,3 cun de marginea externă a aripii nasului.

Puncte importante pentru masaj

- 4IG punct Yuan: situat în unghiul format de prima şi a doua metacarpiană, la o distanţă de 0,5 cun de a doua.
- 11IG punct de tonifiere: situat la jumătatea distanţei dintre vârful epicondilului şi marginea radială a plicii de flexiune a cotului.
- 15IG punct stăpân al tulburărilor umărului: situat în depresiunea sub acromioclaviculară formată de abducţia braţului.
- 20IG punct de reunire al lui Yang Ming: situat la o distanşă de 0,3 cun de marginea externă a aripii nasului.

Rinichii

Fiziologie energetică

Rinichiul este organul Yin cu cele mai pronunţate caracteristici Yin.

Stă la originea formării meridianelor definitive şi participă, în timpul gestaţiei, cu ajutorul Jing-ului mamei, la formarea sistemului nervos şi a scheletului.

Rinichiul este sursă de energie Yin şi Yang, adică Yin-ul renal produce Yin-ul celorlalte organe, iar Yang-ul renal produce Yang-ul celorlalte organe.

Yin-ul şi Yang-ul renali se află în strânsă legătură, lipsa unuia provocând imediat vidul celuilalt.

Este important să semnalăm că, în ciuda plenitudinii Yin-ului renal, un exces de Yang al rinichilor nu poate exista cu adevărat; în cazul lipsei de Yin, excesul de Yang pe care-l observăm este de fapt unul aparent.

Activitatea esenţială a rinichiului se manifestă la nivelul Qi-ului. Rinichiul administrează atât energia înnăscută (Jing Qi), cât şi o parte a energiei dobândite (Xiong Qi). Textele vechi prezintă rinichiul ca „rădăcină a vieţii" sau, altfel spus, „rădăcină a Qi-ului (Jing Qi + Xiang Qi) şi a Cerului anterior (Yuan Qi)".

Scanned with OKEN Scanner

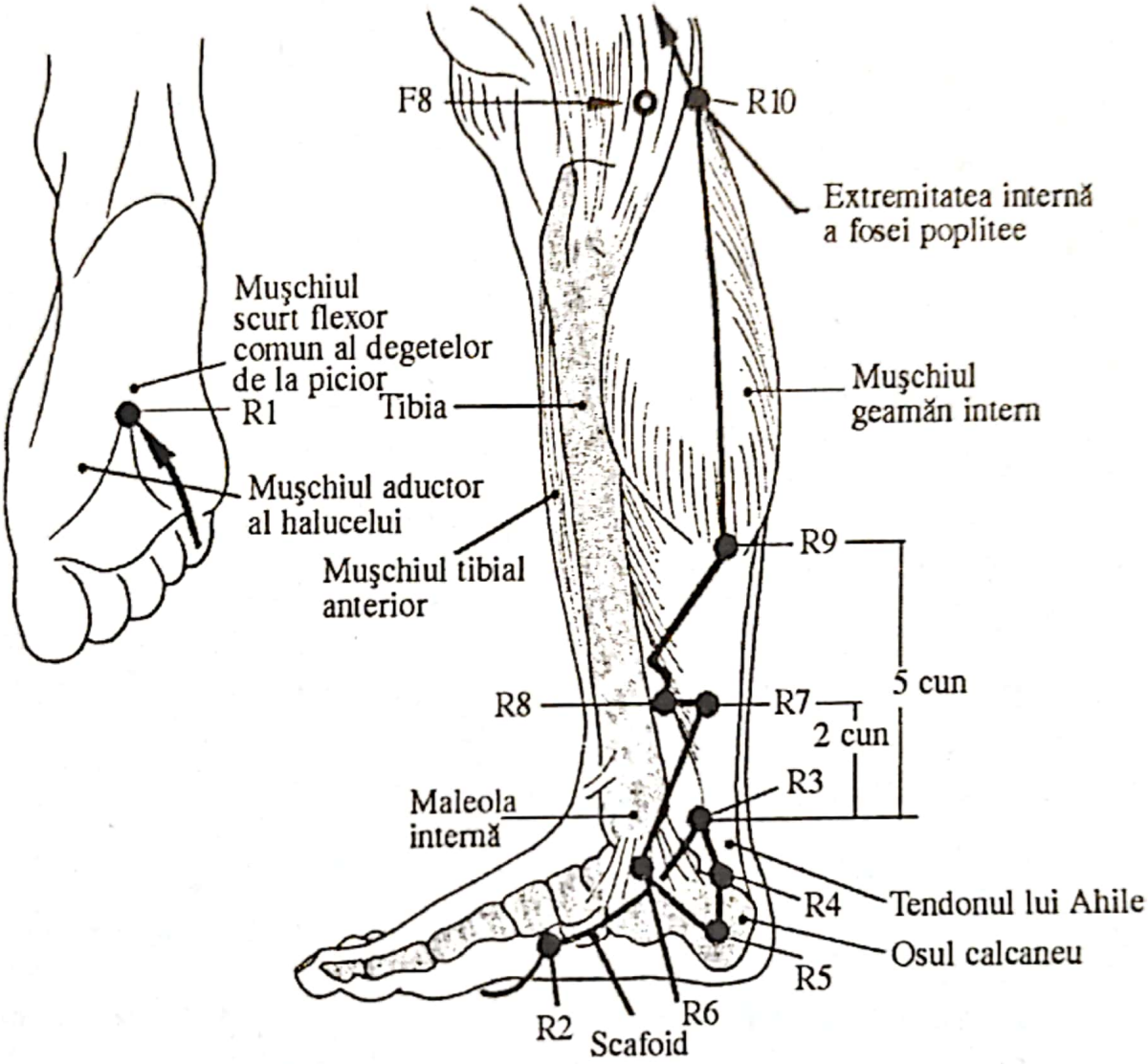


Figura 10a. *Meridianul Rinichilor*

Fiziologia occidentală recunoaşte de asemenea relaţia rinichiului cu măduva osoasă, prin eritropoietina secretată de rinichi, care stimulează hematopoieza, dar şi o funcţie de gestiune a echilibrului hidric.

Perioada de vârf a activităţii rinichilor se situează în intervalul orar 17-19.

Funcţii

Rinichiul :

- stochează esenţa, Jing-ul şi Qi-ul ancestral ;
- primeşte Qi-ul inspiraţiei ;
- guvernează reproducerea şi fertilitatea ;
- guvernează creşterea ;

Scanned with OKEN Scanner

- produce şi controlează măduva şi oasele ;
- controlează orificiile ;
- controlează lichidele (în special saliva) ;
- susţine toate organele.

Relaţii

- Ţesutul care corespunde rinichilor este firul de păr.
- Deschizătura care corespunde rinichilor este urechea.
- Emoţiile care corespund rinichilor sunt frica şi curajul, iar relaţia psihică care le corespunde este memoria.
- Gustul corespunzător rinchilor este cel sărat.
- Marele meridian : I/R „Shao Yin".

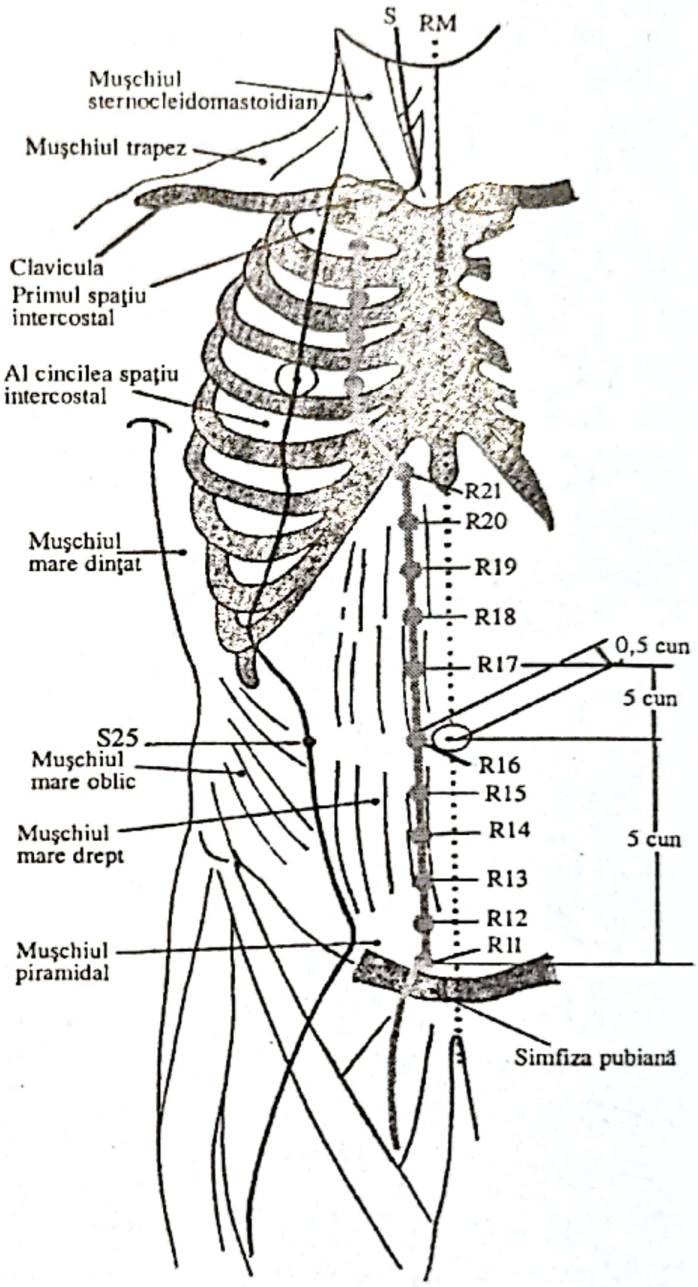


Figura 10b. *Meridianul Rinichilor*

Anatomie energetică

Organ

Aşa cum plămânii sunt formaţi din adiţionarea lobulilor pulmonari, rinichii sunt formaţi prin juxtapunerea unor structuri elementare asemănătoare : nefronii (aproximativ un milion pentru fiecare rinichi).

În medicina chineză, căile urinare înalte fac parte din rinichi : calicele renale, bazinetul, ureterul.

Rinichii au culoarea roşie ; cântăresc aproximativ 140 g, iar dimensiunile lor medii sunt de 12 cm × 6 cm.

Scanned with OKEN Scanner

Sunt plasaţi pe peretele posterior al abdomenului (ultimele coaste), rinichiul stâng fiind uşor mai ridicat decât cel drept.

Meridian

- Meridianul piciorului centripet.
- Număr de puncte : 27.

Conexiuni pe ramura internă

- Vezică.
- 4R punct Lo (0,5 cun sub 3R).
- Toate organele.
- Ureche.
- Păr.

Traiectul meridianului principal

Începe la punctul 1R, sub picior, urcă spre maleola internă sub care descrie o buclă, apoi urcă pe faţa internă a piciorului, apoi pe cea a coapsei, trece prin zona inghinală, merge de-a lungul axei mediane la 0,5 cun până în punctul 21R, apoi la 2 cun până în punctul terminal al meridianului, 27R situat între marginea inferioară a claviculei şi prima coastă.

Puncte importante pentru masaj

- 1R situat pe linia mediană a tălpii piciorului, la 1 cun deasupra centrului : punct de intrare şi tonificare a Yin-ului.
- 3R situat între vârful maleolei interne şi marginea posterioară a tendonului lui Ahile : punct Yuan sursă, stimulează energia renală.
- 21R situat la 1 cun sub apendicele xifoid, la 0,5 cun de linia mediană.

Scanned with OKEN Scanner

Vezica urinară

Fiziologie energetică

Organ Yang cuplat cu rinichii, vezica urinară joacă un rol simplu, axat pe lichide a căror excreţie o asigură. Asemenea tuturor organelor Yang cu organul Yin cuplat, ea protejează rinichii de agresiunile emoţionale, termice şi energetice.

Meridianul vezicii urinare conţine mai multă energie decât sânge. Dintre toate meridianele, el este cel care drenează cea mai multă energie Yang. Împreună cu meridianul Triplului Focar, el reglează partea externă a Yang-ului renal.

Ora de vârf a activităţii vezicii urinare se situează în intervalul orar 15-17.

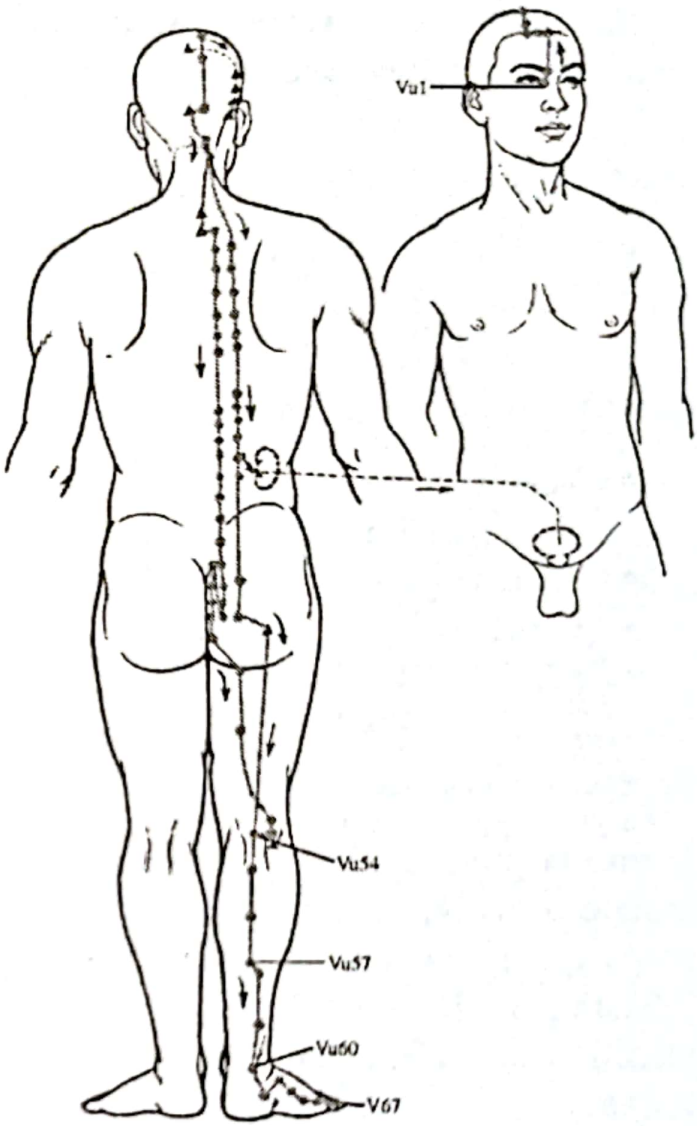


Figura 11a. *Meridianul Vezicii urinare*

Funcţii

Vezica urinară :

- primeşte de la intestinul subţire, prin rinichi, partea grea a lichidelor, adică cea care conţine reziduuri solide şi lichide ;
- excretă urina.

Relaţii

- Aceleaşi ca ale rinichilor.
- Marele meridian : IS/Vu „Tai Yang".

Scanned with OKEN Scanner

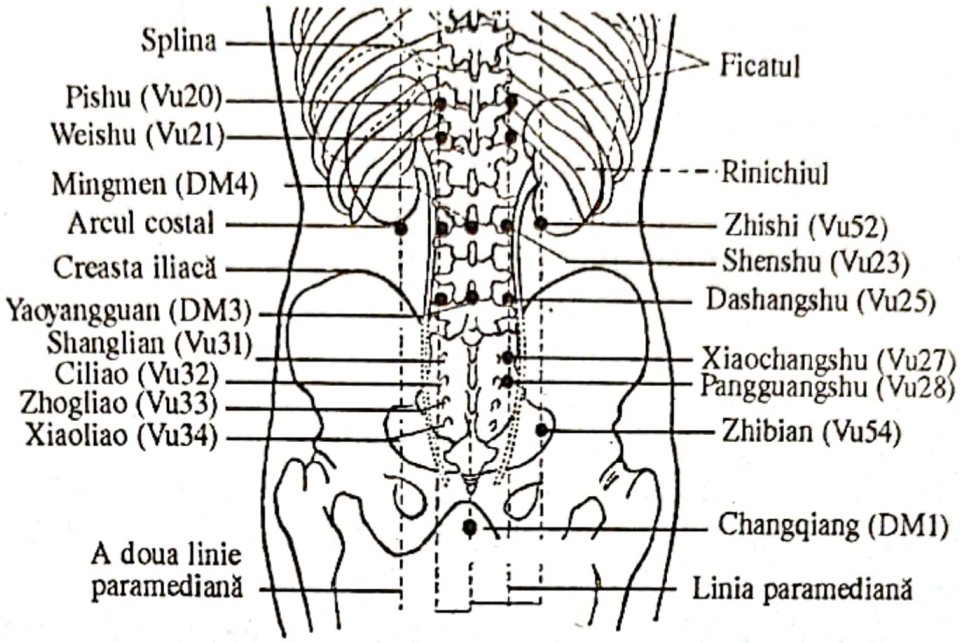


Figura 11b. *Meridianul Vezicii urinare*

Anatomie energetică

Organ

Acest organ este un buzunar situat sub bazin, în spatele simfizei pubiene. Capacitatea sa variază între 2 şi 3 litri la bărbaţii adulţi, fiind cu puţin mai mare la femei.

Capacitatea fiziologică (cea care declanşează nevoia de a urina) este de aproximativ 300 cc.

În medicina chineză, uretra face parte din vezică.

Meridian

- Meridianul centrifug al piciorului.
- Număr de puncte: 67.

Traiectul meridianului principal

Începe la punctul 1Vu, pe marginea internă a orbitei, urcă până la rădăcina părului, la 1 cun de axa mediană, apoi continuă spre partea din spate a craniului, la 1,5 cun de axa mediană, coboară de-a lungul spatelui, la 1,5 cun de axa mediană, până în punctul 35Vu (în dreptul

extremității coccisului), un traiect intern leagă acest punct de punctul 36Vu situat între D2 şi D3 la 3 cun de axa mediană, constituind astfel o a doua ramură care coboară pe tot spatele, apoi pe axa mediană posterioară a coapsei, merge de-a lungul marginii externe a piciorului şi îşi termină traiectul în punctul 67Vu, la 0,5 cun în spatele unghiului ungveal extern al degetului mic de la picior.

Puncte importante pentru masaj

- 1Vu punct de intrare în meridian, situat imediat deasupra cantusului intern al ochiului.
- 13Vu punct Shu de asentiment al plămânilor, situat la 1,5 cun de axa mediană între D3 şi D4.
- 5Vu punct Shu de asentiment al inimii, situat la 1,5 cun de axa mediană între D5 şi D6.
- 18Vu punct Shu de asentiment al ficatului, situat la 1,5 cun de axa mediană între D9 şi D10.
- 19Vu punct Shu de asentiment al vezicii biliare, situat la 1,5 cun de axa mediană între D10 şi D11.
- 20Vu punct Shu de asentiment al splinei, situat la 1,5 cun de axa mediană între D11 şi D12.
- 21Vu punct Shu de asentiment al stomacului, situat la 1,5 cun de axa mediană între D12 şi L1.
- 23Vu punct Shu de asentiment al rinichilor, situat la 1,5 cun de axa mediană între L2 şi L3.
- 25Vu punct Shu de asentiment al intestinului gros, situat la 1,5 cun de axa mediană între L4 şi L5.
- 27Vu punct Shu de asentiment al intestinului subţire, situat la 1,5 cun de axa mediană în faţa primului orificiu sacral.
- 28Vu punct Shu de asentiment al vezicii urinare, situat la 1,5 cun de axa mediană în faţa celui de-al doilea orificiu sacral.
- 54Vu punct de reglare situat în centrul fosei poplitee.
- 60Vu punct specific al durerilor, situat între vârful maleolei externe şi marginea posterioară a tendonului lui Ahile, în faţa punctului 3R.

Scanned with OKEN Scanner

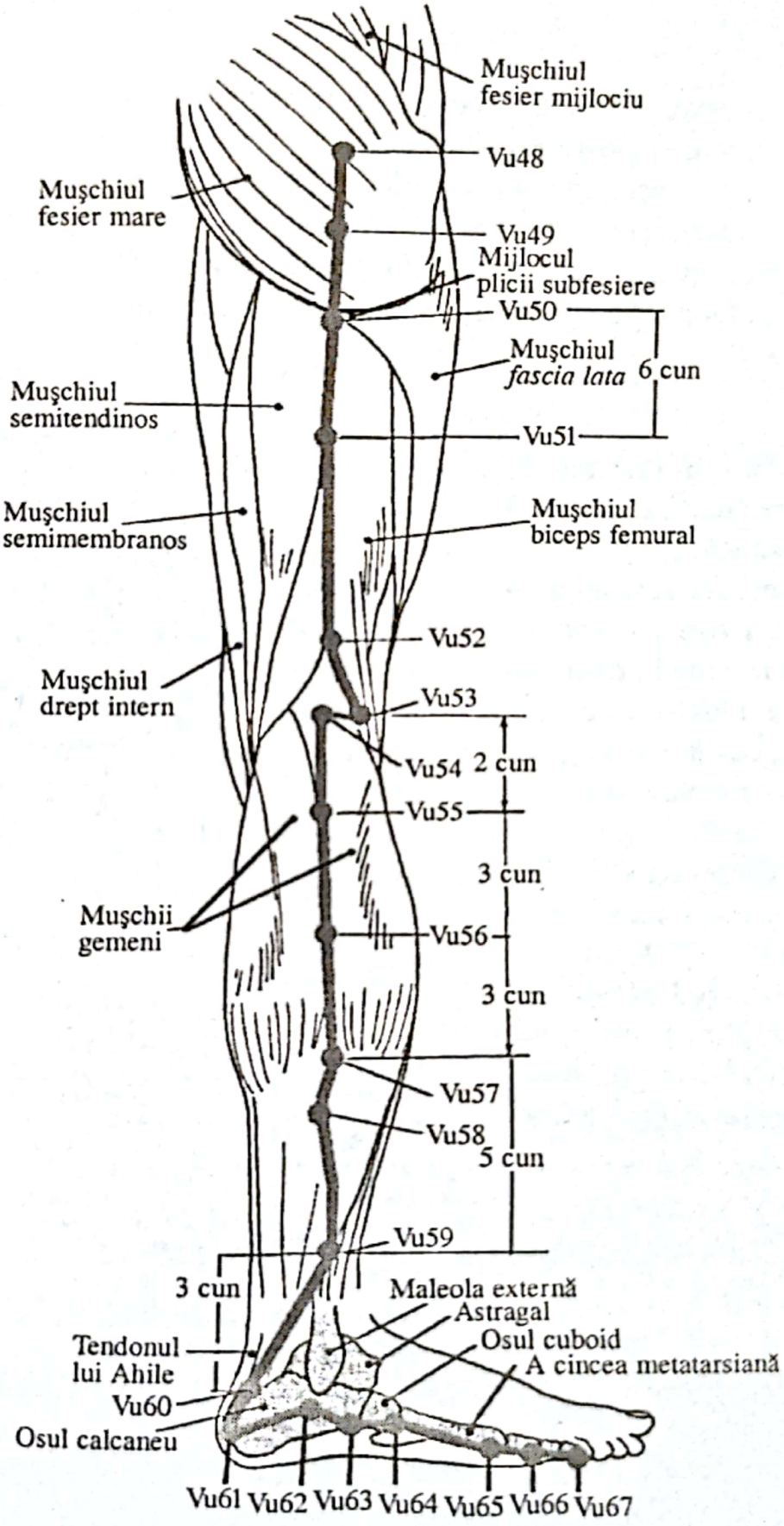


Figura 11c. *Meridianul Vezicii urinare*

Scanned with OKEN Scanner

Stăpânul Inimii sau pericardul

Unicitatea acestuia constă în faptul că nu este un organ.

Ambiguitate sau paradox al medicinei chineze, Stăpânul Inimii este de fapt un sistem-meridian considerat ca un organ întrucât posedă funcţii asemănătoare unui organ.

Pe plan organic, acest meridian cuprinde învelişul inimii.

Pe plan funcţional energetic, el este un sistem strâns asociat inimii.

Funcţii

- Protecţie (mecanică, imunitară, sangvină şi psihică) ;
- Gestiunea calităţii sângelui furnizat inimii ;
- Intervine în distribuţia Yin-ului renal ;
- Asistă inima în gestionarea vaselor.

Relaţii

- Inimă, vase.
- Sângele fetusului.
- Pe plan psihic, Stăpânul Inimii acţionează asupra anxietăţii şi angoasei.

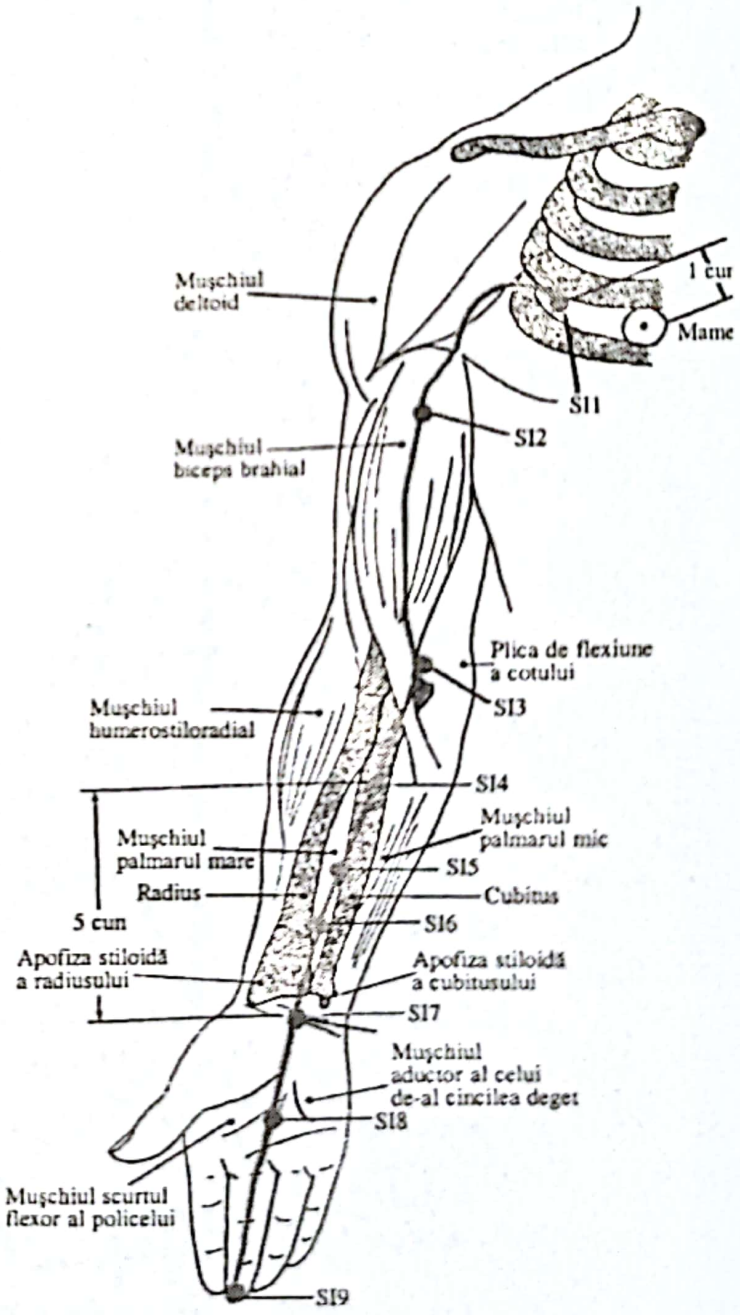


Figura 12. *Meridianul Stăpânului Inimii*

Scanned with OKEN Scanner

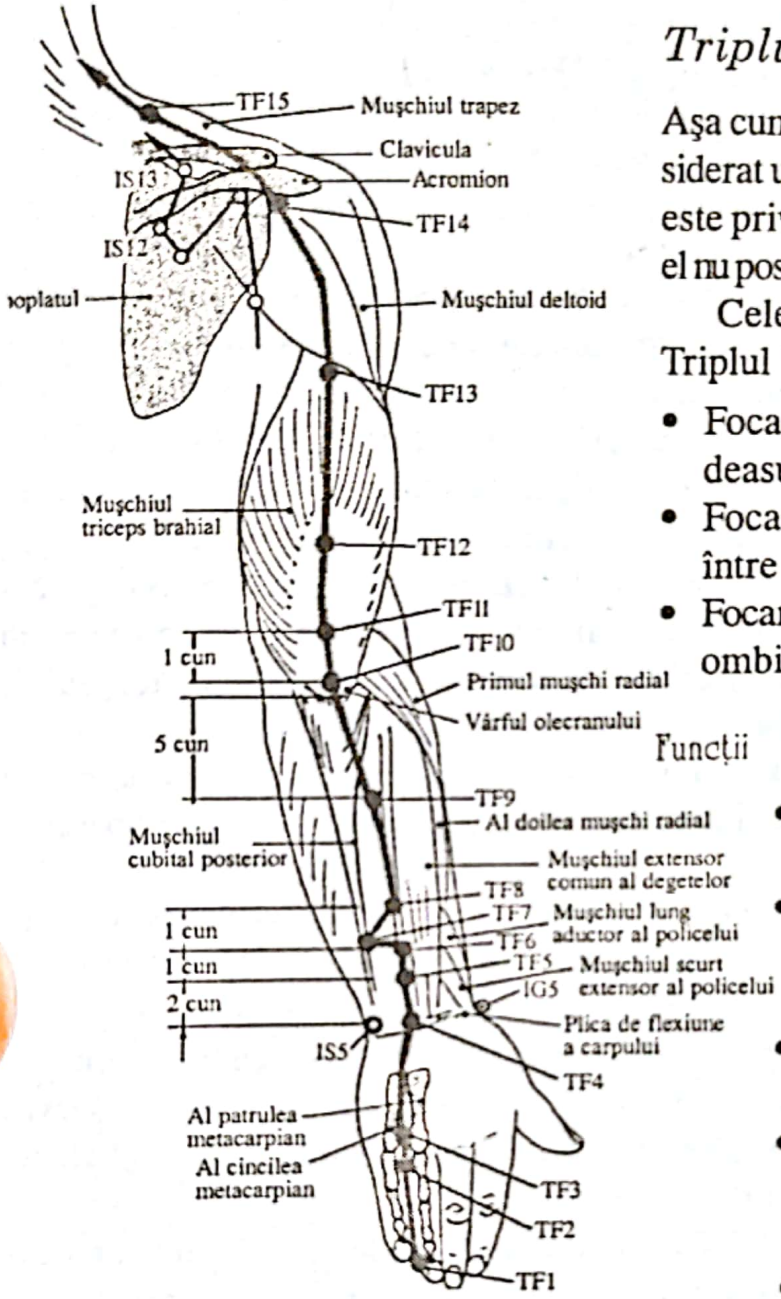


Figura 13. *Meridianul Triplului Focar*

Triplul Focar

Aşa cum Stăpânul Inimii este considerat un organ Yin, Triplul Focar este privit ca un organ Yang. Nici el nu posedă o localizare anatomică.

Cele trei părţi care constituie Triplul Focar sunt :

- Focarul superior (FS), situat deasupra diafragmei ;
- Focarul mediu (FM), situat între diafragmă şi ombilic ;
- Focarul inferior (FI), situat sub ombilic.

Funcţii

- controlează circulaţia Qi-ului şi a lichidelor ;
- Focarul superior eliberează Qi-ul defensiv difuzat de plămâni ;
- Focarul mediu eliberează Qi-ul hrănitor ;
- Focarul inferior eliberează lichidele organice ;
- Conduce Qi-ul originar, mai precis Yang Jing-ul renal ;
- Reglează căldura şi umiditatea în întregul organism.

Important : Aceste două sisteme sunt considerate a fi cuplate pe baza unor legături teoretice, dar relaţiile lor rămân mult mai distante decât în cazul altor cupluri de organe Yin/Yang.

În practică, Triplul Focar va fi în ultimă instanţă mai legat de fiziologia şi de patologia în care sunt implicaţi rinichii şi splina, în timp ce Stăpânul Inimii va fi implicat în fiziologia şi patologia inimii, a sângelui şi a psihismului.

Scanned with OKEN Scanner

D. *Sistemul nervos și psihismul în medicina chineză*

Sistemul nervos este un ansamblu înglobat în sistemul energetic.

Medicina chineză nu analizează sistemul nervos izolat, întrucât elementele care îl constituie fac parte, de asemenea, din aparatul energetic al individului în totalitatea sa.

Sistemul nervos face parte atât din meridiane, cât şi din măduvă.

Influxul nervos este inclus în Qi, iar circulaţia acestuia este accelerată în sistemul nervos, mai ales prin celulele mielinizate.

În patologie, în limbaj occidental, faza de transmisie cerebrospinală a durerii foloseşte fasciculul spino-talamic ; în medicina chineză, vorbim despre meridianul posterior axial DM sau VG, axul stăpân al Yang-ului, care transportă Qi-ul patologic.

Concepţia energetică nu omite nimic din fenomenul neurologic, ci oferă o altă posibilitate de interpretare a naturii influxurilor care parcurg organismul.

Căile de transmisie ale Qi-ului folosesc sistemul nervos. Astăzi ştim că meridianele însumează de asemenea vasele sangvine şi limfatice (numeroasele lucrări ale profesorilor Mussat, Becker, Bossy etc. confirmă pe acest plan teoria fundamentală chineză), ceea ce ne permite să spunem că un meridian care conţine îndeosebi un fascicul nervos principal transportă de asemenea diferite substanţe energetice şi lichide. Toate aceste elemente sunt interdependente.

Experienţele doctorului Chifuya Takeshire de la Universitatea din Showa şi a doctorului Niboyet, în Franţa, arată într-un mod spectaculos, că pierderea locală a sensibilităţii la durere, obţinută prin electroacupunctură pe lăbuţa unui iepure, ar putea fi reprodusă pe aceeaşi lăbuţă a altui iepure prin simpla injectare, într-o parte oarecare a corpului, a unei mici cantităţi de sânge a animalului deja analgeziat.

Din perspectiva MTC, psihismul este un sistem indisociabil al corpului, fiind conceput pentru a practica schimburi energetice cu organele.

Operaţiile pe care le realizează psihismul (deducţie logică, analiză senzorială, imaginaţie, luarea deciziilor etc.) nu-şi au originea doar în sistemul nervos central. Ele sunt rezultatul unei mişcări de schimb perpetuu cu organele Zhang Fu.

Scanned with OKEN Scanner

Organele noastre, dincolo de funcţiile lor specifice, sunt responsabile de o parte a vieţii noastre psihice şi afective.

Atunci când meditãm folosim, bineînţeles, creierul, dar o facem mai bine sau mai puţin bine, în funcţie de starea anumitor organe, care pot fi sănătoase sau labile.

Fiecare dintre operaţiile mintale importante (intelectuale şi afective), este conectată la un organ anume care îi influenţează desfăşurarea.

Astfel, psihismul acţionează asupra corpului şi, în mod reciproc, examenul psihologic oferă informaţii despre starea organelor.

Interacţiunile dintre activitatea organelor şi toate formele de activitate psihică sunt permanente. Ele acţionează şi asupra legăturilor cu lumea exterioară.

MTC descrie cele şapte stări emoţionale, pe care le numeşte „cele şapte pasiuni" :

- grijile : splină – plămâni ;
- excesul de concentrare : splină ;
- tristeţea, supărarea : plămâni ;
- frica, angoasa : rinichi ;
- furia, iritabilitatea : ficat ;
- bucuria : inimă ;
- şocul emoţional : toate organele.

Fiecare emoţie de intensitate normală şi de durată limitată are facultatea de a tonifica organul de care este legată.

În mod contrar, o carenţă sau un exces emoţional îi poate dăuna.

Alte componente psihice sunt, de asemenea, prezente în organe :

- limpezimea judecăţii : inimă ;
- memorie : inimă – rinichi ;
- concentrare : inimă – splină ;
- capacităţi senzoriale : auz şi vedere, inimă – rinichi ;
- capacităţi senzoriale : simţul tactil, olfactiv, inimă – plămâni ;
- capacităţi senzoriale : gust, inimă – splină ;
- contemplare, reverie : splină ;
- imaginaţie : inimă – splină ;
- planificare : ficat ;
- punerea în practică a deciziilor : vezica biliară ;
- plăcere în general : toate organele.

Pe scurt, putem spune că echilibrul emoţional al individului este produsul echilibrului funcţional al organelor sale şi al activităţii sale psihice.

Scanned with OKEN Scanner

4. Fiziologie energetică sistemică

A. *Circulația sangvină*

În medicina chineză, sistemul circulator este văzut dintr-o perspectivă mult mai largă.

Se consideră că libera circulaţie a sângelui în organism este un imperativ al sănătăţii fizice şi mintale.

Circulaţia sangvină depinde de şase factori :

- *compoziţia energetică a sângelui*, care este fabricat de splină şi de măduvă, cu ajutorul energiei inimii şi a plămânilor ;
- *cantitatea de sânge care circulă*, în mod normal, aproximativ 5 litri la adult şi care pune în funcţiune : splina şi măduva (fabricare), ficatul (stocare şi reglare), plămânii (energia aerului) şi inima (propulsie spre organe) ;
- *fluiditatea sângelui*, dozată prin echilibrul energetic al splinei (constituirea sângelui), al plămânilor (umiditatea aerului), al rinichilor (constituirea plasmei datorită Yin-ului renal şi filtrării) şi al ficatului (filtrare) ;
- *puritatea sângelui*, obţinută şi menţinută datorită funcţiilor de filtrare ale ficatului şi ale rinichilor ;
- *propulsia sângelui în vase*, asigurată de inimă (pompa principală), susţinută în permanenţă de rinichi (Yang renal) ;
- *mediul vascular în care circulă sângele*, întreţinut de splină (homeostazie), de inimă (Yin-ul inimii hrăneşte vasele) şi de Stăpânul Inimii (sistem de reglare).

Organele care joacă un rol în aceşti şase factori acţionează simultan şi la diferite nivele de influenţă, în funcţie de dinamismul lor de moment.

Sistemul circulator principal

Sângele circulă într-un ansamblu de vase pe care îl numim *aparat vascular*. Acesta este constituit din artere şi din vene.

Sistemul cardiovascular pune în funcţiune inima şi numeroase vase ; el asigură transportul general al sângelui din inimă până la extremităţi,

Scanned with OKEN Scanner

dus şi întors. Acest traiect al sângelui se numeşte *marea circulaţie sangvină*.

Sistemul cardiorespirator pune în funcţiune inima, plămânii şi anumite artere şi vene care sunt legate de acestea ; el asigură reîmprospătarea energetică a sângelui. Traiectul sângelui care circulă între inimă şi plămâni se numeşte *mica circulaţie sangvină*.

Sistemul circulator secundar

De asemenea, sângele circulă într-un vast ansamblu celular format din :

- *organele Yin*, care folosesc sângele ca transportator de energie şi ca regulator al acesteia ;
- *muşchii*, care folosesc sângele ca sursă de energie şi care acţionează ca pompă secundară ;
- *meridianele*, care transportă sângele şi energia, în proporţii variabile.

Colaborarea acestor trei sectoare este esenţială pentru buna circulaţie a sângelui în organism.

B. *Digestia*

Ca şi circulaţia sangvină, în medicina chineză digestia este un concept larg întrucât descrie atât procesul de valorizare energetică a nutrimentelor, cât şi gestiunea reziduurilor de origine alimentară.

Din punct de vedere anatomic, sistemul digestiv este sistemul cel mai voluminos al organismului.

El asigură primirea materiei nutritive, trierea componentelor în funcţie de densitatea lor, extragerea energiei din alimente, elaborarea Gu Qi-ului, adică a energiei umane obţinută din acestea, transportul Gu Qi-ului spre organe şi sânge, dirijarea particulelor nutritive de la un organ la altul, gruparea substanţelor reziduale şi trimiterea lor spre căile de excreţie.

Aceste operaţiuni nu pot fi efectuate corect decât dacă Qi-ul fiecărui organ este normal, adică dacă se găseşte în cantitatea normală, dacă este bine echilibrat între Yin şi Yang şi dacă circulaţia sa nu este perturbată de prezenţa stazelor şi a factorilor patogeni.

Digestia acţionează asupra diferitelor organe Yin Zang şi Yang Fu.

Scanned with OKEN Scanner

Descrierea procesului de digestie (în ordine cronologică)

- Gura, care nu este un organ propriu-zis, dar care este deschiderea splinei, trimite în primă instanţă, prin fenomenul masticaţiei, partea cea mai pură a alimentelor spre splină şi restul spre stomac.
- Stomacul recepţionează materiile nutritive şi efectuează extragerea şi transportul energiei uşoare a alimentelor spre splină şi a energiei grele spre intestinul subţire.
- Splina controlează asimilarea nutrimenţilor şi transportul Gu Qi-ului Yang spre plămâni.
- Intestinul subţire primeşte chimul provenit din pilor, separă substanţele solide de cele lichide, trimite spre splină partea cea mai uşoară, spre intestinul gros particulele neasimilabile, spre plămâni partea cea mai uşoară a apei şi spre rinichi partea cea mai grea a apei.
- Ficatul secretă bila şi asigură rolul de stocare al Gu Qi-ului Yin şi pe acela de îmbogăţire a sângelui.
- Psihismul, al cărui element organic este creierul şi al cărui element energetic este inima, stimulează sau încetineşte, după caz, activitatea organelor.
- Rinichii contribuie cu Yang la susţinerea organelor şi la reglarea lichidelor.
- Vezica biliară secretă bila necesară la descompunerea corpilor graşi şi a proteinelor, fără de care o digestie totală ar fi imposibilă.
- Intestinul gros are rolul de a excreta scaunele, adică reziduurile solide, alimentare şi celulare, şi de a reabsorbi o ultimă cantitate de apă, îndreptată spre plămâni şi spre rinichi.
- Vezica are rolul de a elimina urina, mai precis, reziduurile mai uşoare dizolvate în apă.

C. *Respiraţia*

Bazată pe noţiunea de transformare a aerului în energie umană, respiraţia este un fenomen care pune totodată în practică mecanica ventilatorie, energia ieşită din alimente şi aporturile sangvine şi lichide la nivelul plămânilor.

Scanned with OKEN Scanner

Ventilaţia este reglată în doi timpi :

- inspiraţia şi
- expiraţia.

Aceşti timpi formează mişcarea respiratorie.

Aerul respirat este repartizat după cum urmează :

- jumătate de litru de aer este stocat în permanenţă şi reprezintă *volumul pasiv*,
- iar jumătate de litru de aer circulă la fiecare mişcare respiratorie şi reprezintă *volumul activ.*

Ştiind că în medie au loc 16 mişcări respiratorii pe minut, adică 23.000 de mişcări respiratorii în 24 de ore, putem constata că folosim aproximativ 11.500 de litri de aer pe zi, practic fără a ne da seama de acest lucru.

Mecanismul general al respiraţiei

- Energia Yang a plămânilor, asistată de Yang-ul renal, provoacă alternanţa inspiraţie/expiraţie.
- Aerul intră în plămâni prin căile respiratorii şi se înmagazinează în alveolele lobulilor pulmonari.
- Peretele foarte fin al acinului pune în contact aerul vehiculat prin bronhiolele terminale şi sângele adus de capilarele pulmonare.
- Sângele ieşit din returul venos este curăţat de reziduurile gazoase care vor fi evacuate prin expiraţie şi, în mod simultan, se îmbogăţeşte cu aer proaspăt, adică cu Feng Qi.
- În timpul digestiei, splina va transmite Yang Gu Qi-ul plămânilor.
- Amestecul celor două (Gu Qi şi Feng Qi) este Xiong Qi-ul, adică energia dobândită. Xiong Qi-ul este o energie esenţială, indispensabilă vieţii, care nu poate fi înlocuită de energia înnăscută.
- La fiecare mişcare respiratorie, puţin din Xiong Qi-ul format este trimis rinichilor în timp ce restul este incorporat sângelui arterial, în mediastin.

Procesul de respiraţie este un mecanism vital asigurat de plămâni, dar şi de ţesutul lor extern – pielea.

Scanned with OKEN Scanner

Respiraţia are loc în mod inconştient, datorită sistemului neurovegetativ, dar ea poate fi efectuată în egală măsură în mod conştient prin sistemul cerebrospinal.

Fenomenul respiraţiei la nivel celular este un sistem de schimb, în care conceptele medicinei chineze sunt prezente : mişcări de intrare şi de ieşire a energiei şi a substanţelor, de transformare, de distribuţie, de separare şi de respingere.

D. *Eliminarea substanţelor reziduale*

Ce sunt substanţele reziduale ?

Orice reziduu este o substanţă neexploatabilă în scopuri fiziologice de către organul sau de către ţesutul în care se găseşte şi care trebuie să fie evacuată sau transformată pentru a nu provoca o stază sau un factor patogen intern.

În medicina chineză, noţiunea de reziduu poate desemna :

- partea grea ieşită dintr-o separare ;
- produsul final al tuturor proceselor de separare ;
- produsul rezultat din lupta dintre Wei Qi şi factorii patogeni.

Substanţele reziduale sunt de diverse naturi :

- solidă ;
- lichidă ;
- gazoasă ;
- energetică (factori patogeni şi elemente psihice).

Căile de eliminare

Substanţele reziduale pot fi eliminate fie prin evacuare, fie prin modificare energetică.

Modificarea energetică este efectuată prin :

- organele Yang secretoare (stomac şi vezica biliară) ;
- cele două intestine, datorită funcţiei lor de reabsorbţie ;

Scanned with OKEN Scanner

- glandele sudoripare ;
- toate organele Yin.

Evacuarea este efectuată prin :

- organele Yang excretoare (intestinul gros şi vezica urinară) ;
- orificii : gura, în cazul reziduurilor staţionate în tubul digestiv la nivelul Focarului superior, a Focarului mediu şi al elementelor *psy*, nasul şi gura în cazul reziduurilor gazoase respiratorii, orificiile urinare şi cele fecale ;
- piele, la nivelul porilor.

5. Patologie

Noţiunile de patologie abordate aici constituie un rezumat succint al cunoştinţelor de bază indispensabile practicii masajului tradiţional chinez.

Există tratate foarte bune care vor permite studentului sau practicianului aprofundarea patologiei generale[1].

A. *Noţiuni generale*

În medicina chineză, numim *patologie* studiul dezechilibrelor dintre diverşii constituenţi ai organismului (substanţe, organe, ţesuturi, psihism). Cuvântul *patologie* poate desemna, de asemenea, atât anormalităţile structurale sau funcţionale, cât şi bolile.

Medicina chineză prezintă patologia ca pe o suprapunere a sindroamelor (ansamblu de semne şi de simptome având cauze comune). Dezechilibrele provoacă sindroame a căror combinaţie declanşează boala.

Fiecare boală este unică, chiar dacă intră într-o clasificare generală.

În toate cazurile, va fi vorba despre o patologie energetică, chiar şi atunci când patologia atinge materia vie, întrucât conceptul de energie este suveran în MTC.

1. Pentru mai multe informaţii, consultaţi secţiunea „Bibliografie" de la sfârşitul cărţii.

Scanned with OKEN Scanner

Energia este la originea modificării materiei şi a prezenţei vieţii. Normalitatea energiei umane face ca viaţa şi sănătatea să fie eterne. Din contră, anormalitatea schimburilor energetice, a mişcărilor şi a proceselor de transformare a energiei şi materiei, sugerează o situaţie patologică, care este confirmată de îndată ce această anormalitate se structurează şi se dezvoltă.

Termenul *dezechilibru* nu indică gravitatea situaţiei. El desemnează raportul inegal dintre ceea ce ar trebui să fie şi ceea ce este, fie în termeni de cantitate, fie în termeni de calitate.

Gravitatea unui sindrom este proporţională cu profunzimea sa, adică o boală sau un traumatism care ating doar meridianele sunt mai puţin grave decât o situaţie în care sângele, organele vitale sau ţesuturile profunde sunt lezate.

Clasificarea patologiilor

În medicina tradiţională chineză, clasificarea bolilor este diferită de nosologia alopată.

Studiul patologiei umane, în medicina chineză, se referă la cinci sectoare :

- patologiile meridianelor ;
- patologiile organelor ;
- patologiile substanţelor ;
- patologiile psihismului ;
- patologiile ţesuturilor anexate sectoarelor precedente (studiul lor permite evaluarea întinderii şi gravitatea atingerii).

Întâlnim trei tipuri de patologii :

- patologiile dinamicii ;
- patologiile calitative ;
- patologiile cantitative.

1. Patologiile dinamicii

Există inversiuni, stagnări şi evaporări :

- inversiunile sunt mişcări anormale ale energiei care circulă pe contrasens prin meridiane ;
- stagnările reprezintă încetinirile sau opririle circulaţiei energiei sau a lichidelor, rezultate fie dintr-un gol de energie, fie dintr-un blocaj care provoacă o întoarcere a energiei asupra ei înseşi ;

Scanned with OKEN Scanner

- evaporările sunt o pierdere de substanţă datorată unor cauze climatice sau unui supraconsum energetic.

2. Patologiile calitative

O patologie calitativă se instalează atunci când unul sau mai mulţi factori patogeni creează o situaţie de dezechilibru.

Aceşti factori pot fi de origine externă sau internă :

a) Factori patogeni externi :
   - frig, căldură, vânt, umiditate, secetă, foc.

b) Factori patogeni interni :
   - frig, căldură, vânt, umiditate, secetă ;
   - dezechilibre ale organelor ;
   - dezechilibre ale energiei, ale sângelui şi ale lichidelor organice ;
   - dezechilibre psihice şi emoţionale ;
   - Tan (mucozităţi).

c) Factori patogeni semiexterni şi semiinterni :
   - paraziţi ;
   - muşcături şi înţepături veninoase ;
   - otrăviri ;
   - traumatisme (fracturi, arsuri, plăgi etc.) ;
   - iradieri ;
   - surmenaj ;
   - alimentaţie deficitară ;
   - alcool, tutun, droguri ;
   - intoxicaţie medicamentoasă ;
   - în general, o igienă de viaţă necorespunzătoare.

3. Patologiile cantitative

Ele reprezintă golul şi plinul, adică insuficienţele şi excesele, şi sunt datorate tulburărilor funcţiilor de transformare şi de transport de energie, factorilor patogeni, tulburărilor meridianelor şi ale lichidelor.

Atunci când energia sau sângele sunt elaborate şi transportate necorespunzător, ele sunt repartizate anormal.

Prezenţa factorilor patogeni, endogeni sau exogeni, creează excese.

Un exces de lichide sfârşeşte prin a crea un fenomen de suprapresiune, ceea ce perturbă circulaţia lor şi participă la formarea stazelor.

Scanned with OKEN Scanner

Acelaşi lucru este valabil şi pentru energie, al cărei exces este întotdeauna datorat prezenţei energiei perturbate, întrucât Qi-ul sănătos nu poate fi în exces.

Pe scurt, studiul patologiei înseamnă evaluarea :

1. diferitelor niveluri de pătrundere a frigului şi a vântului extern ;
2. diferitelor niveluri de pătrundere a căldurii externe ;
3. reglării umidităţii şi a Qi-ului în cele trei Focare ;
4. tulburărilor meridianelor ;
5. tulburărilor organelor ;
6. tulburărilor psihice ;
7. tulburărilor substanţelor ;
8. leziunilor.

Aceste opt etape permit stabilirea unui diagnostic energetic care indică atât structura precisă a dezechilibrelor prezentate, adică stabilirea sectoarelor atinse (meridiane, organe, substanţe, psihism, ţesuturi), cât şi natura lor (patologii ale dinamicii, calitative sau cantitative) şi felul în care acestea sunt organizate (sindroame).

Factorii patogeni

Numim astfel toate elementele a căror provenienţă poate fi externă sau internă, care au capacitatea de a modifica în mod anormal mediul anatomic şi fiziologic al Qi-ului :

- *frigul* : provoacă încetinirea, stagnarea ;
- *căldura* : provoacă evaporarea şi densificarea Yin-ului prin pierderea Yang-ului ;
- *vântul* : provoacă agitaţia, anarhia, dezordinea şi diseminarea ;
- *umiditatea* : provoacă expansiunea, stagnarea, umflarea prin acumulare ;
- *seceta* : provoacă vulnerabilitatea şi sărăcirea ţesuturilor şi a substanţelor ;
- *focul* : însumând atât căldura, cât şi vântul, provoacă distrugerea ţesuturilor sau a reţelelor.

Atunci când aceste şase stări se amestecă, ele îşi adiţionează consecinţele, generând totodată apariţia unor fenomene noi.

Scanned with OKEN Scanner

Tan-ul

Sub influenţa unui raport dezechilibrat între aporturile nutriţionale, cele respiratorii şi factorii patogeni interni şi externi, se poate forma o materie anormală numită *Tan* sau *gleră*.

Această materie staţionează în meridiane, încleiază organele şi poate cuprinde chiar întregul corp, făcând astfel imposibilă executarea normală a funcţiilor.

În momentul în care meridianele sunt afectate, subiectul prezintă tulburări, iar în momentul în care organele sunt cuprinse, aceste transformări pot genera boli.

Tan-ul poate apărea sub diverse aspecte : lipomi, veruce, mastoze, tofusuri, calculi, polipi, chisturi, metastaze canceroase etc.

Stazele

Există trei categorii mari de staze :

Stazele energiei

Numim astfel orice acumulare de Qi având cauze interne, externe sau intermediare.

Exemple :

- o stază a Qi-ului apare ca urmare a unei leziuni sau a unui traumatism, transformând astfel energia normală în energie patologică (Qi perturbat) ;
- de asemenea, o stază a Qi-ului perturbat poate fi datorată prezenţei frigului, încetinind circulaţia sau prezenţa căldurii, care a consumat lichidele provocând o leziune la nivelul ţesuturilor prin foc local.

Stazele sângelui

Numim astfel orice acumulare de sânge îngroşat ca urmare a încetinirii sau a blocării circulaţiei sale. Circulaţia sângelui este subordonată circulaţiei energiei, altfel spus, stagnarea celei din urmă, antrenează pe termen mai lung sau mai scurt apariţia stazelor sangvine.

Scanned with OKEN Scanner

Stazele Tan-ului

Tan-ul posedă o natură determinată de nivelul său de creştere a densităţii.

O stază a Tan-ului este formată dintr-o materie foarte săracă în energie Yang, fiind aşadar compusă în mod esenţial din Yin.

Densitatea unui corp reprezintă indicele său de concentraţie materială. Cu cât un corp este mai dens, cu atât este compact şi mai bogat în elementele Yin.

Observăm astfel trei categorii de staze ale Tan-ului :

- Tan-ul fluid este o materie fluidă, cu o compoziţie apoasă ;
- Tan-ul gros este o materie mai densă, cu o compoziţie uleioasă ;
- Tan-ul solid este o materie care nu se sfărâmă la presiune, format dintr-o materie patogenă.

Fiecare dintre aceste trei stadii evoluează în mod spontan, cel mai adesea spre densificare şi uneori spre fluidizare.

De asemenea, putem întâlni frecvent materii cu o textură intermediară.

Consecinţele prezenţei stazelor materiei

Stazele acţionează ca elemente perturbatoare, fără a fi totuşi corpuri străine.

La suprafaţă, ele pot deranja circulaţia Wei Qi-ului, a Jin-ului, a Yang Qi-ului, a căldurii şi a mişcării.

În profunzime, ele pot jena circulaţia sângelui, Ye-urilor, a materiilor nutritive, a substanţelor reziduale şi a mişcării.

Dacă este rezultat din Qi-ul perturbat, Tan-ul este întotdeauna sărac în Qi sănătos.

B. *Tabele patologice – clasament în funcţie de sindroame*

Tulburări ale meridianelor

Patologia medicinei tradiţionale chineze descrie dezechilibrele în funcţie de cinci sectoare, şi mai ales tulburările meridianelor, care reprezintă gradul cel mai superficial al dezechilibrelor.

Scanned with OKEN Scanner

Acestea din urmă ating uneori unul sau mai multe meridiane, fără a atinge vreun organ. Vorbim atunci despre tulburări ale meridianelor desemnând afecţiuni interne, mai adânci.

Localizarea anatomică a tulburărilor meridianelor

Manifestări anormale pot apărea pe diferitele componente ale unui meridian :

- traiectul meridianului ;
- pielea ;
- muşchii ;
- articulaţiile.

Caracteristicile tulburărilor meridianelor

Aceste manifestări se pot prezenta sub mai multe forme :

- dureri ;
- modificări senzoriale ;
- alterări motrice ;
- leziuni ale ţesuturilor ;
- staze mai mult sau mai puţin densificate.

Natura tulburărilor meridianelor

Fiecare situaţie poate revela :

- o tulburare a dinamicii ;
- o tulburare calitativă ;
- o tulburare cantitativă.

Exemple :

- dureri de tip vid : durere surdă, slăbiciune, ţesuturi palide, reci, subnutrite ;
- dureri de tip plin : durere intensă, contracţii musculare, ţesuturi calde, roşii, mâncărimi.

Semne complementare ale tulburărilor meridianelor (după Su Wen)

- *Plămâni* : febră, reacţii adverse la frig, senzaţie de plenitudine în piept, dureri în claviculă, umăr şi braţ.

Scanned with OKEN Scanner

- *Intestin gros*: dureri în gât, dureri dentare, hemoragie nazală, umflări şi dureri ale gingiilor, umflarea ochilor, dureri de-a lungul meridianului.
- *Stomac*: dureri oculare, hemoragie nazală, umflarea gâtului, paralizie facială, membre inferioare reci, dureri de-a lungul meridianului.
- *Splină*: scurgeri vaginale, senzaţii de rece de-a lungul meridianului, slăbiciune la nivelul picioarelor, dureri de-a lungul meridianului.
- *Inimă*: dureri oculare, dureri pe partea internă a braţului, dureri scapulare.
- *Intestin subţire*: dureri la nivelul cefei, dureri la nivelul cotului, senzaţie de rigiditate a cefei, dureri pe partea laterală a braţului, dureri scapulare.
- *Vezică urinară*: febră şi teamă de frig, cefalee, senzaţie de rigiditate a cefei, dureri lombare, dureri oculare.
- *Rinichi*: dureri lombare, dureri în tălpi şi pe traiectul meridianului.
- *Stăpânul Inimii*: senzaţie de rigiditate a cefei, contracţii ale cotului şi ale mâinii, dureri pe traiectul meridianului.
- *Triplul Focar*: senzaţii de căldură alternate cu senzaţii de răceală, surditate, dureri şi scurgeri auriculare, dureri în partea superioară a umărului şi pe traiectul meridianului.
- *Vezică biliară*: alternanţa frisoanelor şi a febrei, surditate, dureri la şold şi pe partea laterală a picioarelor, dureri şi umflarea sânilor, dureri pe traiectul meridianului.
- *Ficat*: cefalee, dureri şi umflări ale ochilor, crampe la picioare.

Patologia organelor

Numim *patologii ale organelor* toate situaţiile care prezintă tulburări localizate la nivelul organelor, adică o anormalitate repetată a capacităţii lor de transformare, producere, stocare, distribuire şi respingere. Aceste tulburări apar ca urmare a unei situaţii de dezechilibru (subit sau evolutiv) care poate să creeze fie o dezordine punctuală mai mult sau mai puţin intensă în ciclul nictemeral (unul sau două cicluri), fie o dezordine de o mai lungă durată în care alte organe sunt afectate la rândul lor.

Vorbim atunci despre *tulburări organizate*, adică despre patologii.

Scanned with OKEN Scanner

Patologiile recente sau puţin marcate pot fi în fază de intrare sau de ieşire, în timp ce patologiile mai vechi sau mai marcate sunt aşa-zisele patologii *cronice*. Ambele pot manifesta episoade violente.

Etiologie

Patologia unui organ poate fi rezultatul :

- apariţiei unei tulburări a meridianului ;
- apariţiei unei tulburări substaţiale ;
- acţiunii factorului patogen intern ;
- acţiunii factorului patogen semiintern/semiextern ;
- acţiunii patogene a unui dezechilibru emoţional.

Principalele tabele patologice ale organelor Yin

Ficatul

Stagnarea energiei ficatului		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Sufocare toracică Iritabilitate Furie Suspine Dificultăţi digestive Tulburări menstruale Tulburări sexuale Greţuri Vărsături ale bilei Gust amar în gură Poftă de mâncare scăzută Senzaţie de nod în gât Stare depresivă Mastoze, ginecomastii, negi, noduli tiroidieni	Limbă normală sau roşie	Furie refulată Stres Frustrări Resentiment Amărăciune Şedere prelungită la pat

Scanned with OKEN Scanner

Vidul sângelui în ficat		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Ten palid Oboseală Ameţeli Menstruaţii sărace Ochi uscaţi sau lipiţi Vedere tulbure Insomnie Crampe sau spasme Unghii casante	Limbă uscată şi deseori fără culoare	Vid general de sânge Producţie deficitară de sânge Dezechilibre ale splinei Tulburări ale energiei renale Tulburări ale lichidului organic Hemoragii

Yang al ficatului hiperactiv		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Furie Agitaţie Insomnii Faţă înroşită Cefalee a vertexului Ameţeli Bufeuri de căldură Buze şi gât uscate	Limbă uscată, deseori roşie	Vid de energie renală Tulburări ale lichidului organic Cauze psihice (frustrări, mânie refulată) Vidul de Yin renal, de Yin al ficatului sau de sânge la ficat

Foc la ficat		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Aceleaşi simptome plus : Ten şi ochi roşii Infecţie oculară Căldură Sete Constipaţie Urină închisă la culoare Cefalee intensă	Limbă uscată şi roşie	Cauzele precedente agravate Evoluţia *Yang*-ului hiperactiv Evoluţia stagnării Şoc emoţional Alcool

Scanned with OKEN Scanner

Vărsături cu sânge Hemoragii nazale Accese violente de furie		

Vânt paroxistic intern		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Simptomele precedente plus : Tremurături Spasme Apoplexie Febră Delir Convulsii Comă Accident vascular cerebral	Limbă tremurândă, deviată, cu aspect de gleră	Agravarea aprinderii la ficat Evoluţie lentă a vântului intern devenit cronic

Inima

Vid de energie la inimă		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Ten palid Respiraţie îngreunată la efort Oboseală Transpiraţie diurnă spontană Palpitaţii Limbă pală Psihastenie	Limbă pală, moale, ezitantă	Vid general de energie Hemoragii Afecţiuni congenitale Vid de sânge

Vid de Yang la inimă		
Simptome generale	*Examenul inimii*	*Cauze*
Aceleaşi simptome agravate Teamă de frig	Limbă palidă, moale, ezitantă	Agravarea vidului de energie a inimii Şoc emoţional

Scanned with OKEN Scanner

Vid de Yin la inimă		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Pometi roşii Gât şi buze uscate Senzaţie de căldură, mai ales seara Agitaţie Hemoragii Somn tulburat de vise Anxietate	Limba sau vârful limbii uscate, roşii	Surmenare, stress Griji Menopauză Vid de Yin renal

Stagnarea sângelui la nivelul inimii		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Senzaţie de sufocare în regiunea inimii Palpitaţii Dispnee Durere violentă la nivelul braţului stâng Buze cianotice	Limbă roşie, uneori pătată	Agravarea vidului de Yang al inimii Tulburări cronice ale sângelui Şoc emoţional

Vid de sânge la inimă		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Ten palid Oboseală Palpitaţii Anxietate, spaimă Tulburări ale memoriei Ameţeli	Limbă palidă, subţiată	Vid de energie renală Hemoragii Vid de sânge Vid de energie a splinei Griji

Scanned with OKEN Scanner

Aprindere la nivelul inimii		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Faţă roşie Sete Agitaţie Insomnii Delir Urină închisă la culoare Afte	Limbă roşie, mai ales la vârf	Vid de Yin al inimii Vid de Yin al rinichilor Dezechilibre emoţionale Mâncare foarte grasă şi foarte condimentată Alcool

Splina

Vid de energie la splină		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Destindere abdominală după mese, digestie lentă, scaune moi şi fluide, oboseală, apatie musculară, pierderea poftei de mâncare	Limbă palidă şi moale	Vid de energie înnăscută Griji Boală cronică Hemoragii Exces de alimente crude Supra sau subalimentare Mese prea rapide Băuturi reci, zahăr

Vid de Yang la splină		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Simptomele vidului de energie plus : Membre reci, reacţie adversă la frig, scaune mai lichide	Limbă palidă şi moale cu amprente dentare	Cauzele vidului de energie Agravare Atac penetrant al frigului

Scanned with OKEN Scanner

Tulburări ale homeostaziei splinei		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Sângerări uterine Scaune cu sânge Hemoragii nazale Predispoziţie la hematoame Varice, cuperoze Fragilitate vasculară	Limbă palidă şi moale, cu vinişoare sau cu pete echimotice	Cauzele din tabelele precedente

Pătrunderea umezelii în splină		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Edeme Erupţii cutanate Pierderea poftei de mâncare Urină tulbure Leucoree	Limbă palidă şi acoperită cu un depozit alb în caz de umiditate rece Limbă roz-pal acoperită cu un depozit galben în caz de umiditate caldă	Climat umed cu alternanţe de rece şi cald Alcool Mâncare prea grasă

Plămâni

Vid de energie a plămânilor		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Oboseală Faţă palidă Transpiraţie diurnă excesivă Voce slabă Tuse Imunitate scăzută la frig Fragilitate ORL Simptome de astm Dermatoze şi piele fragilă	Limbă palidă, cu depozite albe	Agravarea vidului de Yang al inimii Şoc emoţional Tulburări cronice ale sângelui

Scanned with OKEN Scanner

Pătrunderea vântului în plămâni		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Reacţii adverse la vânt şi la frig, tuse cu expectoraţii clare şi fluide Scurgere nazală, fluidă Strănuturi Uşoară durere în gât Dureri de cap, febră uşoară	Limbă palidă	Atac de vânt rece (corespunde gripei sau bronşitei)
Vânt-cald : teamă de vânt şi de căldură, curbături, sete, tuse mai seacă sau tuse cu expectoraţii gal-bene, groase, nas înfundat, durere intensă în gât ; febră mai puternică	Limbă roşie	Atac de vânt cald, de origine climatică sau nu (corespunde anginei)

Gleră stagnantă în plămâni		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Oboseală Greţuri Tuse Expectoraţii abundente Respiraţie crepitante Dispnee Sufocare toracică	Limbă încărcată	Sechele după maladii pulmonare Vid de energie şi vid de Yang al splinei Vid de Yang renal Atacuri de frig-umidiate sau de căldură-umiditate

Vid de Yin al plămânilor		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Pometi roşii Transpiraţie nocturnă Gură şi gât uscate Febră la suprafaţă (febră falsă) Insomnii Tuse seacă Piele uscată, orificii uscate Urină închisă la culoare	Limbă seacă, deseori roşie şi/sau granuloasă	Tabagism actual sau mai vechi Sechele în urma unui atac vânt/căldură Vid de Yin renal Vid de Yin la stomac Vid de energie la splină Deshidratare

Scanned with OKEN Scanner

Uscăciune pe Biao şi pe articulaţiile tendino-musculare		

Rinichii

Vid de Yang renal		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Spate rece, apatie, lombalgie, incontinenţă urinară, pierderi seminale, impotenţă, sterilitate, frigiditate, edeme, urină deschisă la culoare şi abundentă, transpiraţie diurnă excesivă, reacţii adverse la frig, parodontoliză, genunchi şi lombe slăbite	Limbă palidă, umedă, tumefiată	Vârstă Surmenaj Activitate sexuală excesivă Frică intensă şi repetată Epuizare fizică Răceală Boli cronice

Vid de Yin renal		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Orificii uscate, transpiraţii nocturne, sete, gură uscată, pometi roşii, urină închisă la culoare, constipaţie, transpiraţia palmelor şi a tălpilor, dureri ale oaselor, lombalgii, gonalgii, oboseală, surditate, memorie slăbită, ejaculare precoce, sterilitate, aderenţe viscerale	Limbă roşie, uscată sau descuamată.	Vârstă Surmenaj Oboseală prelungită Hemoragii Activitate sexuală excesivă Deshidratare celulară (epuizarea lichidului organic)

Scanned with OKEN Scanner

Vid de energie renală sau vid de esenţă a rinichiului		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Anomalii genetice, tulburări de creştere, dentiţie fragilă, îmbătrânire prematură, slăbiciune osoasă, tulburări auditive, tulburări ale memoriei, impotenţă sau erecţie slabă, ejaculare precoce, unire întârziată a fontanelei	Limbă roşie în general, slăbită şi ezitantă	Deficienţă ereditară a energiei înnăscute Vârstă importantă sau boli ale părinţilor în momentul concepţiei Tabagism, alcoolism Toxicomania subiectului sau a părinţilor lui

Stăpânul Inimii sau pericardul

Căldură/plenitudine pe Stăpânul Inimii		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Aceleaşi simptome, semne şi cauze ca în cazul aprinderii la nivelul inimii, dar în grade diverse.		

Glere calde pe Stăpânul Inimii		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Insomnie, agitaţie mintală Incoerenţă în vorbire, agresivitate, depresie, emoţii extreme, uneori comă, delir	Limbă încărcată, roşie, cu depozite consistente	Vid de Qi al splinei Glere pe inimă Căldură internă Atac al straturilor Jing şi Xue

Scanned with OKEN Scanner

Principalele tabele patologice ale organelor Yang

Vezica biliară

Căldură/Umiditate în vezica biliară		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Ten îngălbenit, greţuri, sete, urină închisă la culoare, digestie lentă, gust amar în gură, nehotărâre	Limbă roşie cu depozite galbene	Stagnarea energiei ficatului Alimentaţie necorespunzătoare Frustrare Furie refulată

Vid de energie a vezicii biliare		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Ameţeli Nehotărâre Ezitare Tulburări intestinale Digestie lentă	Limbă slăbită	Stagnarea energiei ficatului Alimentaţie necorespunzătoare Frustrare Furie refulată

Intestinul subţire

Stagnarea energiei în intestinul subţire		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Vomă, constipaţie severă, gaze, dureri abdominale	Limbă palidă, cu depozite de culoare galbenă	Abuz de grăsimi Abuz de alimente crude sau reci Stagnarea energiei ficatului

Scanned with OKEN Scanner

Căldură/Aprindere în intestinul subţire		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Insomnie, agitaţie, iritabilitate, senzaţie de presiune abdominală, afte, sete, gât uscat şi dureri în gât, urină închisă la culoare şi în cantitate mică	Limbă de culoare roşie sau roz cu vârful roşu închis	Factori emoţionali Alimentaţie prea grasă sau prea condimentată Vid de Yin la inimă sau de Yin subiacent la rinichi

Stomacul

Stagnare rece de alimente în stomac		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Diaree, durere surdă în stomac, pierderea poftei de mâncare, greţuri, oboseală, vomă	Situaţie > 8 zile : limbă cu depozit uleios, deschis la culoare	Alimente crude, reci, grase Scăderea bruscă a temperaturii în timpul digestiei Mese prea copioase sau prea rapide Vid de Yang al splinei Vid de energie a stomacului

Stagnare caldă de alimente în stomac		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Constipaţie, scaune cu miros respingător, durere intensă în stomac, regurgitaţii acide, halenă fetidă, agitaţie, insomnii, greţuri, vomă	Situaţie > 8 zile : limbă cu depozite uleioase sau uscate de culoare galbenă sau maro	Alimente prea prăjite, grase, alcool Căldură internă pe fondul vidului de Yang al splinei şi vidului de energie a stomacului

Scanned with OKEN Scanner

Stază de sânge în stomac		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Dureri gastrice violente, vomă cu sânge de culoare închisă, scaune cu sânge	Limbă roşie cu pete brune	Căldură/aprindere în stomac Stagnări pe ficat Şoc traumatic în regiunea epigastrică Scădere bruscă a energiei splieni Plagă, ulcer

Vid de energie a stomacului		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Oboseală, pierderea poftei de mâncare, durere sau senzaţie de greutate în stomac, digestie greoaie, scaune moi	Limbă palidă	Sechele în urma bolilor cronice Vid de energie generală Alimentaţie necorespunzătoare

Vid de Yin al stomacului		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Gură şi buze uscate, sete, constipaţie sau scaune dure, pierderea poftei de mâncare, aciditate gastrică	Limbă uscată de culoare roşie	Exces de alimente dulci Exces de carne Alcool Tabagism Stres Raţie hidrică insuficientă

Scanned with OKEN Scanner

Intestinul gros

Căldură pe intestinul gros		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Constipaţie, scaune uscate, gură uscată, sete, mâncărimi sau arsuri anale, hemoroizi, dureri abdominale, colite spasmodice, uneori febră uşoară	Limbă cu depozite galbene şi uscate	Vid de sânge Vid al lichidelor organice Vid de Yin Deshidratare Infecţie intestinală Atac de căldură externă

Secetă pe intestinul gros		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Simptome asemănătoare tabelului precedent fără sau cu puţine dureri abdominale	Limbă cu depozite galbene şi uscate sau limbă descuamată	Vid de sânge Vid al lichidelor organice Vid de Yin Deshidratare

Căldură/Umididate pe intestinul gros		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Diaree urât mirositoare, urină închisă la culoare, febră, greţuri, posibil, scaune cu sânge	Limbă cu depozite galbene	Consumul de alimente grase şi alterate Toxiinfecţie alimentară Evoluţie cronică a unei călduri toxice

Frig pe intestinul gros		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Diaree rece fără miros fetid, dureri abdominale cu senzaţie de rece	Limbă palidă	Atac extern de răceală în abdomen sau în partea de jos a abdomenului Exces de crudităţi sau de alimente reci sau congelate pe timp de iarnă

Scanned with OKEN Scanner

Vezica urinară

Căldură/Umiditate în vezică		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Sete, micţiuni dureroase, nevoie repetată de a micţiona, urină anormal de tulbure, urină cu sânge, calculi, inflamaţii urinare	Limbă cu depuneri gălbui la rădăcină	Vid de Yang al splinei Vid de Yin al rinichilor Vid de energie al plămânilor Stagnarea energiei ficatului Factori climatici Factori psihici

Vid de energie a vezicii urinare		
Simptome generale	*Examenul limbii*	*Cauze*
Micţiuni importante din punct de vedere cantitativ şi frecvente, incontinenţă urinară, urină deschisă la culoare	Limbă normală sau palidă	Vid de energie renală Activitate sexuală excesivă Factori climatici

Triplul Focar

Se consideră că Triplul Focar nu manifestă nici un tablou patologic, pentru că, în realitate, el este un sistem de repartiţie comun tuturor organelor.

Astfel, organele localizate în zona unui focar pot exprima o patologie a acestuia :

- inima şi plămânii în cazul Focarului superior ;
- stomacul, splina, intestinul subţire, ficatul şi vezica biliară în cazul Focarului mediu ;
- intestinul subţire, intestinul gros, vezica şi rinichii în cazul Focarului inferior.

Trebuie să semnalăm că intestinul subţire este considerat ca parte integrantă atât a Focarului mediu, cât şi a Focarului inferior.

Scanned with OKEN Scanner

Patologiile substanţelor

Numim patologii ale substanţelor, tulburările cantitative şi calitative ale sângelui, ale energiei şi ale lichidelor organice.

Este vorba în acest caz despre modificări importante ale substanţelor.

Etiologie

Patologiile substanţelor pot fi rezultatul diverselor situaţii :

- patologia organelor ;
- factori patogeni, de exemplu : frigul, care provoacă stagnarea, căldura, care provoacă densificarea prin evaporare şi seceta sau căldura-aprindere, responsabilă de toxicităţi (infecţii) ;
- deshidratări, hemoragii, traumatisme ;
- consum intern excesiv de substanţe.

Cea mai curentă patologie este insuficienţa, numită, de asemenea, vid.

Considerăm că excesul (*plenitudinea*) poate fi lipsit de factori patogeni atunci când acumularea se datorează unei stagnări a energiei, unui blocaj mecanic sau unei incapacităţi a Yang-ului renal de a drena lichidele în mod normal.

Principalele patologii ale energiei

Sindroame	*Simptome generale*
Vid	Slăbiciune generală, transpiraţie imediată şi abundentă, urină abundentă, termoreglare imediată, dispnee, tulburări digestive, voce slabă, atonie
Stagnare	Dureri difuze, surde şi congestive, umflături, sufocare toracică

Principalele patologii ale sângelui

Sindroame	*Simptome generale*
Vid	Slăbiciune, paloare, ameţeli, palpitaţii
Căldură	Infecţii, febră, convulsii, prurit, dermatoze, hemoragii, sete, agitaţie, urină închisă la culoare, delir, nebunie
Stagnare şi staze	Hematoame, mase dure, tulburări cardiovasculare, crampe şi contracţii foarte dureroase, furnicături calde

Scanned with OKEN Scanner

Principalele patologii ale lichidelor organice

Sindroame	*Simptome generale*
Vid	Piele uscată, orificii uscate, scaune uscate, constipaţii, urină închisă la culoare şi în cantitate redusă, agitaţie, oboseală, dureri articulare, infecţii frecvente
Stagnare şi staze	Edeme, crepitaţii bronhice şi pulmonare, nas înfundat, fibroame, noduli, polipi, chisturi, veruce, mese dure

Patologii ale psihismului

Abordăm aici un sector deosebit de important în studiul patologiei, pentru că patologiile psihismului sunt atât cauzele, cât şi consecinţele marilor dezechilibre ale organismului.

Atenţie: patologiile abordate aici sunt cele care nu ţin de o cauză anatomică (anomalie genetică, tumoare, creştere întârziată, malformaţie, accident vascular cerebral, sechele în urma unei boli infecţioase etc.).

Felul în care descriem şi tratăm tulburările mintale în medicina tradiţională chineză decurge din principiile sale generale şi nu seamănă deloc cu metodologia occidentală.

Această originalitate este marcată prin patru elemente:

- concepţia globalizantă care recunoaşte o legătură permanentă atât între planurile fizic şi psihic, cât şi între mediu şi individ;
- descrierea fenomenelor afective şi intelectuale în termeni de produşi energetici;
- preponderenţa acordată echilibrului emoţional;
- absenţa oricărui tratament exclusiv simptomatic.

După ce am studiat mai sus fiziologia organelor, am putut constata că fiecare dintre ele conţine o parte din viaţa emoţională şi intelectuală.

Astfel, tulburările organelor sunt la originea tulburărilor psihologice, aşa cum acestea pot să dăuneze (uneori foarte grav) funcţionării organelor şi chiar structurii lor, atunci când există atingeri concomitente ale energiei, ale sângelui şi ale lichidelor organice.

Definiţia care se desprinde este deci următoarea: o patologie psihică este o manifestare a Qi-ului perturbat al organelor şi a esenţei renale prin operaţiile mintale şi prin comportament.

Scanned with OKEN Scanner

Principalele patologii ale psihismului

Sindroame	*Simptome generale*
Vid de energie mentală	Neurastenie, oboseală psihică, tristeţe, stare depresivă, lipsă a concentrării, gânduri confuze, lipsa puterii de decizie, capacităţi slabe de analiză şi de sinteză, lipsă a imaginaţiei
Stagnare mentală	Anxietate, tendinţă spre regrete şi spre remuşcări, uşoare fobii, uşoare tulburări obsesiv-compulsive, nostalgie, ranchiună, mari dificultăţi în a trece la act, incapacitate de a se reconsidera, sentimente de frustrare
Staze mentale	Obsesii, angoase, fobii severe, grave tulburări obsesiv-compulsive, tulburări maniaco-depresive grave
Dezvoltarea factorului patogen intern vânt	Tulburări psihice survenite brusc şi neaşteptat, ciclotimie, tendinţă spre mânie, agresivitate, violenţă comportamentală, impulsivitate, incapacitate de controlare a impulsurilor
Pătrundere prin factorul patogen intern vânt-căldură	Delir, nebunie, agitaţie mintală psihotică

Aceste tabele simple sunt uneori amestecate, devenind, astfel, tabele specifice.

Analiza lor oferă informaţii despre etiologie şi despre conduita terapeutică necesară.

Scanned with OKEN Scanner

Scanned with OKEN Scanner

Partea a doua

Demersul terapeutic prin masaj

中國傳統醫療按摩條約

Diagnosticul energetic

A. *Definiţie*

Ţinând cont de faptul că în medicina tradiţională chineză diagnosticul permite evaluarea stării structurii şi funcţionării organismului în termeni de potenţial energetic, îl vom numi aşadar *diagnostic energetic*.

Acest diagnostic constituie o ştiinţă de sine stătătoare întrucât elaborarea lui presupune atât vaste cunoştinţe fundamentale, cât şi capacitatea de a elabora o gândire logică plecând de la date deseori subtile şi paradoxale.

Diferenţa esenţială dintre medicina tradiţională chineză şi cea occidentală vine din două elemente :

- luarea în calcul a tuturor factorilor contextuali ai bolnavului şi ai bolii ;
- interrelaţii permanente ale semnelor şi ale simptomelor.

Diagnosticul aduce indicaţii de natură cantitativă şi calitativă despre materia vie, atât despre structura ei (adică despre aspectul material Yin), cât şi despre dinamica sa funcţională (adică despre aspectul imaterial Yang).

Acesta ţine cont de obiectivitatea senzaţiilor anormale pe care le provoacă boala. În acest sens, el este pozitiv.

Fiind o analiză cronologică a evenimentelor care au provocat o patologie, diagnosticul recunoaşte factorii patogeni, gradul lor de penetrare şi evoluţia lor până la starea actuală. În acest sens, diagnosticul este etiologic.

De altfel, acesta identifică sectoarele atinse (ţesuturi, meridiane, organe, substanţe, psihism) şi le poziţionează alături de semne şi simptome. Divergenţele sau contradicţiile reconsideră rezultatul, iar convergenţele îl confirmă. În acest sens, el este diferenţial.

Scanned with OKEN Scanner

Pe scurt, diagnosticul energetic al medicinei tradiţionale chineze este rezultatul echilibrat între diagnosticul pozitiv care admite o patologie, diagnosticul etiologic care precizează condiţiile apariţiei sale şi cel diferenţial care o măsoară şi o confirmă.

B. *Examinarea pacientului*

Ansamblul informaţiilor care permit realizarea sintezei de diagnostic este perceput cu ocazia unui examen general în care ascultăm, privim, mirosim, atingem, analizăm.

Acest examen se derulează în patru faze :

- interogaţie sau anamneză ;
- inspecţie ;
- auscultaţie-miros ;
- palpare.

Interogaţia şi inspecţia încep la primul contact cu bolnavul şi pot continua până la sfârşitul examinării generale.

Inspecţia, auscultaţia-mirosul şi palparea constituie împreună examenul clinic.

Interogaţia

În timpul acestei etape, notăm simptomele, ascultăm plângerile pacientului ajutându-l totodată să le formuleze, apoi începem să-i punem întrebări precise, întrucât pacientul poate omite simptome şi e posibil ca numeroase informaţii pertinente să nu-i fi atras atenţia. Trebuie deci ca acest interviu să fie realizat într-o manieră dirijată.

Inspecţia

Vom observa numeroase sectoare susceptibile de a furniza informaţii preţioase :

- morfologia ;
- urina şi scaunele ;
- mişcările ;
- vocea ;

Scanned with OKEN Scanner

- ochii şi privirea ;
- pielea, unghiile, dinţii, părul ;
- alura, postura, expresiile şi atitudinea ;
- psihismul în funcţie de reacţii, vorbe şi comportament ;
- limba.

Auscultaţie-miros

Această etapă consistă în ascultarea zgomotelor corpului (cardiace, respiratorii, articulare, viscerale şi lichidiene) cu urechea sau cu ajutorul stetoscopului şi perceperea discretă a mirosurilor emanate de corpul pacientului (halenă, mirosurile corporale şi mirosurile reziduurilor în anumite cazuri).

Palparea

Vom palpa :

- *pulsul* : palparea pulsului este un mijloc direct şi rapid care permite aprecierea funcţionării organelor, fiind totodată sensibil la influenţele exterioare.

Din acest punct de vedere, observarea pulsului este mult mai predispusă variaţiilor imediate decât metoda de observaţie a limbii care dă informaţii mai reprezentative pe termen lung sau mediu.

Pulsurile radiale permit perceperea unui ecou provenit de la fiecare organ. Această metodă de diagnostic este foarte fiabilă, dar nu este niciodată folosită de una singură, ca toate metodele de examinare. Pentru că un diagnostic bun este rezultatul unei investigaţii conduse prin diferite mijloace care se confirmă sau se infirmă.

Remarcă : palparea pulsului este o metodă de investigare care cere o perioadă lungă de învăţare ; stăpânirea sa presupune atât o practică pe mii de pacienţi, cât şi o bună capacitate de concentrare.

- *corpul în ansamblul său*, adică muşchii şi ţesuturile superficiale, apoi ţesuturile profunde (ligamente, viscere etc.).

Palparea ţesuturilor permite perceperea diferenţelor de masă, de textură şi de temperatură.

Scanned with OKEN Scanner

C. *Elementele de interpretare ale diagnosticului*

Anamneza (ascultare și interogație)

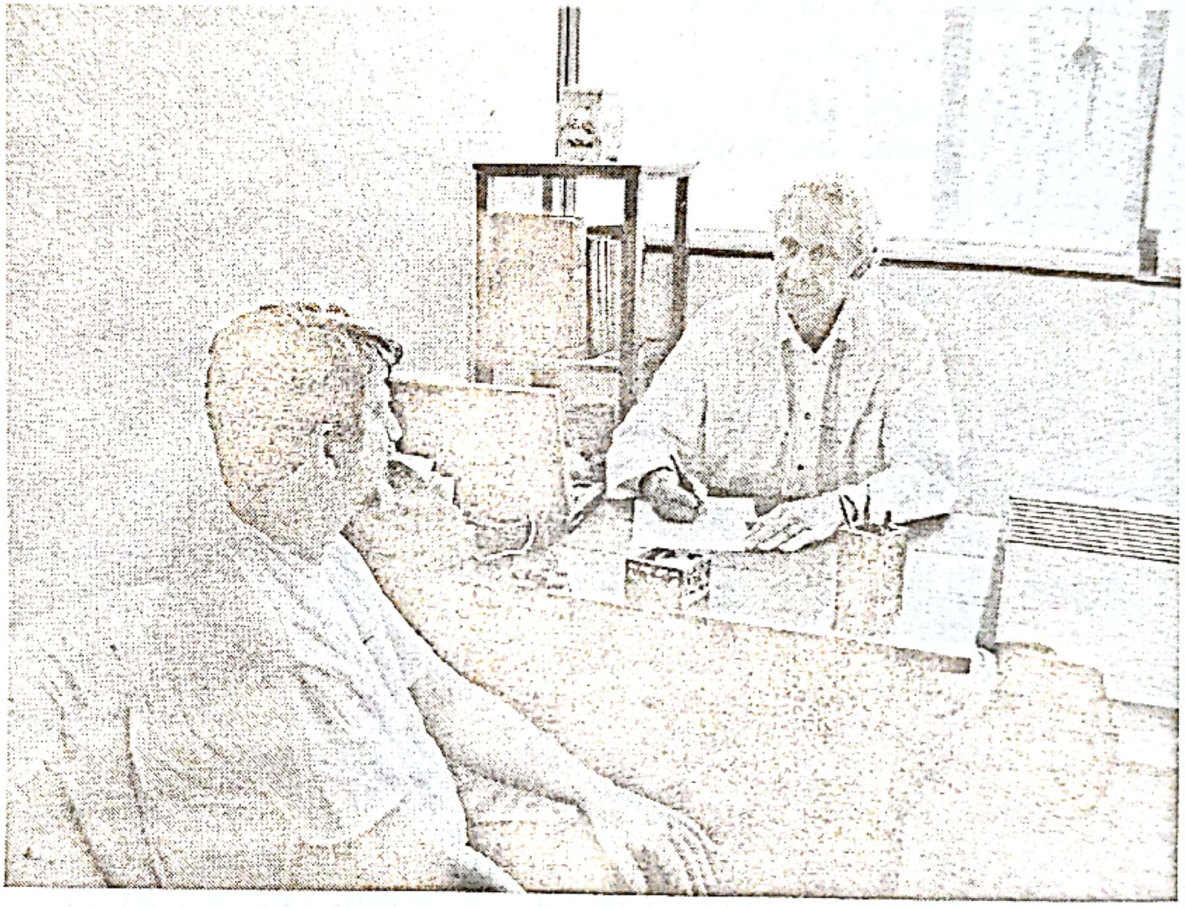


Foto 1. *Anamneza*

Informaţiile colectate privesc mai ales simptome şi semne clinice care fac să apară :

- dureri ;
- prezenţa factorilor patogeni ;
- tulburări funcţionale vitale sau anexe ;
- tulburări motorii ;
- leziuni şi anormalităţi organice ;
- dezechilibre ale intrărilor şi ale ieşirilor ;
- tulburări ale comportamentului şi ale activităţii psihice.

Scanned with OKEN Scanner

Notăm mai întâi observaţiile spontane ale pacientului, adică simptomele pe care spune că le prezintă, ceea ce simte şi în ce circumstanţe, istoricul bolilor sale, tratamentele în curs, felul în care îşi administrează problemele de sănătate în viaţa de zi cu zi, pe scurt toate elementele referitoare la problema despre care pacientul vorbeşte în mod spontan.

Această etapă nu durează de obicei decât câteva minute, dar poate fi mult mai lungă la persoanele care au nevoie de ajutor psihologic (Xinli).

Notăm imediat răspunsurile la întrebări. În această etapă, sunt puse întrebări precise întrucât este vorba despre obţinerea unor răspunsuri clare.

Iată întrebările cele mai uzuale, prezentate cu diagnosticele lor corespondente.

Caracteristicile tulburărilor

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Vechi	Patologie cronică
Recente	Patologie nestabilizată
Superficiale	Biao, organe Fu, meridiane, MTM
Profunde	Li, organe Zang, substanţe, psihism
Diurne	Patologie Yang
Nocturne	Patologie Yin
Regulate	Sindroame de insuficienţă cronică
Neregulate	Instabilitatea energiei defensive
Factori ameliorători şi factori agravanţi	Aceşti factori înseamnă că natura patologiei este opusă naturii însăşi a factorilor

Transpiraţie spontană

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Generale	Frig-vid sau căldură-vid, vid de Yang al plămânilor dacă transpiraţia este diurnă, vid de Yin al rinichilor în cazul transpiraţiei nocturne
Palmă/talpă/piept	Vid de Yin al inimii sau vid de Yin în general

Scanned with OKEN Scanner

Urină

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Abundentă	Sindrom de rece, vid de Yang al rinichilor
Rară sau frecventă	Vid de Qi general
Dificilă	Căldură-umiditate la nivelul vezicii urinare, vid de Qi al rinichilor
Deschisă la culoare	Sindrom de rece
Închisă la culoare	Sindrom de căldură
Incontinenţă	Vid de energie renală

Scaune

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Scaune moi Constipaţie Bian Bi	Vid de energie a splinei şi a stomacului Postpartum şi persoane în vârstă : vid de sânge Scaune reduse şi uscate : stagnarea energiei ficatului Scaune uscate : vid de Yin Acută : căldură a stomacului şi a intestinelor sau frig intern Cronică : vid de Yang
Alternanţă constipaţie/diaree	Stagnarea Qi-ului ficatului cu vid de Qi al splinei
Diaree	Urât mirositoare : sindrom de căldură Miros moderat : sindrom de rece Cronică : scăderea bruscă a Qi-ului splinei Cu gleră : Umiditate în intestine
Scaune de culoare neagră	Staze ale sângelui Dacă sunt mirositoare : stagnarea energiei ficatului cu căldură-umiditate în splină Dacă nu sunt mirositoare : vid de Yang al splinei şi senzaţie de rece pe splină şi pe intestinul gros

Scanned with OKEN Scanner

Dureri

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Toate durerile	Staze de energie
Durere vie şi agravată la palpare	Plenitudine de factori patogeni
Intermitentă, mobilă	Prezenţa factorului patogen vânt
Difuză, surdă, ameliorată la palpare	Durere de tip vid
Fixă, crampe	Staze bine delimitate, staze ale sângelui
Presiune, strangulare	Stagnare
Localizarea durerilor:	
Dureri externe	Tulburări ale meridianelor
Dureri periferice profunde	Tulburări ale meridianelor şi patologii ale substanţelor
Dureri viscerale	Patologii ale organelor
Dureri fizice	Tulburări simple sau patologii ale psihismului

Febră

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Febră fără teamă de frig	Sindrom de căldură internă (Yang Ming)
Febră cu frisoane şi teamă de frig	Sindrom de vânt-frig sau de vânt-căldură
Febră vesperală ce apare după-amiaza	Vid de Yin
Febră uşoară şi constantă	Sindrom de căldură-umezeală

Somn

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Insomnii în general	Vid de sânge şi vid de Yin
Trezire precoce	Vid de Qi al vezicii biliare
Somn agitat, bogat în vise	Retenţie de hrană, foc la ficat, foc la inimă

Scanned with OKEN Scanner

Foame şi digestie

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Lipsa poftei de mâncare, anorexie	Vid de energie a splinei
Poftă de mâncare în exces, bulimie	Căldură a stomacului
Aciditate a stomacului	Vid de Yin al stomacului sau foc al stomacului
Crampe la stomac, digestie lentă	Vid de Yang al stomacului
Somnolenţă postprandială	Vid de energie a splinei

Sete

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Sete în general	Sindrom de căldură
Absenţa setei	Sindrom de rece al stomacului
Sete cu dorinţă reală de a bea	Căldură-plenitudine
Sete cu dorinţă scăzută de a bea sau fără dorinţă de a bea	Căldură-umezeală
Poftă marcată pentru băuturi calde	Tablou de tip frig
Poftă marcată pentru băuturi reci	Tablou de tip căldură

Sexualitate

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Libido scăzut sau absent, frigiditate (Yang Qiang)	Slăbirea energiei renale Factori psihici patogeni, depresie nervoasă Yu Zheng
Impotenţă severă	Vid de energie renală, vid de sânge al ficatului, ruptura axei Shao Yin
Impotenţă parţială	Vid de Qi al ficatului, slăbirea Yang-ului renal, factori psihici patogeni
Priapism	Foc la ficat sau căldură-plenitudine a ficatului cu stagnarea locală a energiei
Ejaculare precoce	Vid de Yin renal, daune aduse Jing-ului
Spermatoree	Vid de Yang renal
Sterilitate temporară	Gleră în uter, poziţie anormală a uterului provocând o stagnare a energiei locale, vid de sânge al ficatului, stagnarea Qi-ului la ficat

Scanned with OKEN Scanner

Psihism

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Tendinţă spre mânie şi iritabilitate, incapacitate de a organiza, de a planifica, impulsivitate	Dezechilibre ale ficatului
Tendinţă spre angoase, spre bucurie excesivă, confuzie mintală	Dezechilibre ale inimii
Tendinţă spre griji, spre lipsă de realism	Dezechilibre ale splinei
Tendinţă spre tristeţe, nostalgie, pierderi ale memoriei, lipsă de plăcere	Dezechilibre ale plămânilor
Tendinţă spre frică, spirit temător, anxios	Dezechilibre ale rinichilor
Depresii nervoase în general	Dezechilibre ale inimii, ale plămânilor şi ale splinei
Dificultate în a trece la acţiune sau bravură	Dezechilibre ale vezicii biliare

Cinci simțuri

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Afecţiuni ale vederii	Dezechilibre ale ficatului
Afecţiuni ale auzului	Dezechilibre ale rinichilor
Afecţiuni ale mirosului	Dezechilibre ale plămânilor
Afecţiuni ale gustului	Dezechilibre ale inimii, ale splinei şi ale plămânilor
Afecţiuni ale simţului tactil	Dezechilibre ale splinei şi ale plămânilor
Afecţiuni ale plăcerii senzoriale	Dezechilibre ale inimii şi ale plămânilor

Scanned with OKEN Scanner

Diverse

Răspunsuri la întrebări	Interpretări
Oboseală	Vid de energie sau vid de Yang ale organelor, epuizarea substanţelor
Digestie lentă	Vid de energie a splinei, vid de Yang al stomacului
Eructaţii	Inversiunea Qi-ului stomacului
Respiraţie dificilă, dispnee	Vid de energie a plămânilor
Palpitaţii cardiace	Vid de sânge, vid de Yin al inimii, plenitudine-căldură pe meridianul vezicii biliare
Dispnee	Stagnarea Qi-ului ficatului, glere-căldură pe Meridianul Vezicii Biliare
Hipertensiune	Creşterea Yang-ului ficatului, prezenţa vântului intern, prezenţa glerelor-căldură
Hipotensiune	Vid de energie vitală, vid de sânge al inimii

Examinarea clinică, faza întâi: Inspectarea

Foto 2. *Examinarea limbii*

Scanned with OKEN Scanner

Examenul limbii

Observaţii	Interpretări
Localizarea corespondenţelor	
• rădăcină	Rinichi, vezică urinară
• partea central-mijlocie	Ficat, vezica biliară
• partea central-laterală	Splină, stomac
• vârf	Inimă, intestin subţire, plămâni
Corpul limbii	
• limbă subţire	Insuficienţă de sânge şi de Yin
• limbă umflată	Vid de Yang al splinei sau al rinichilor
• limbă crăpată	Vid de Yin, vid de sânge, deshidratare, boli febrile grave, carenţe nutriţionale
• limbă cu amprente dentare	Vid de Qi al splinei şi al ficatului
• limbă tremurândă	Sindrom de vânt intern şi de mare slăbiciune (scăderea bruscă a Jing-ului)
• limbă deviată	Sindrom acut de vânt intern, semn precursor al accidentelor vasculare cerebrale
• limbă rigidă	Boli febrile, afecţiuni neurologice
• limbă palidă	Tablou general al frigului, vid de sânge sau vid de Yang
• limbă roşie	Tablou general al căldurii
• limbă purpurie sau pete echimotice	Staze de sânge
Depunere	
• fină şi uşor albicioasă	Normală
• groasă	Prezenţa factorilor patogeni
• foarte umezită sau uleioasă şi (sau) lipicioasă	Umiditate, Tan
• uscată	Vid de Yin sau căldură-plenitudine
• gălbuie	Plenitudine-căldură
• gri-negricioasă şi umedă	Plenitudine-frig în exces
• gri-negricioasă şi uscată	Plenitudine-căldură în exces

Scanned with OKEN Scanner

Voce

Observaţii	Interpretări
Voce slabă sau tremurată	Vid de energie a plămânilor sau a rinichilor
Afonie	Vid de sânge în meridianele locale ale gâtului, vid de sânge al ficatului
Afazie	Sechele în urma unui atac al vântului intern, obstrucţionarea meridianelor locale cu glere Tan, vid de sânge şi de Qi al inimii

Ochi

Observaţii	Interpretări
Ochi uscaţi sau lipiţi	Vid de sânge al ficatului, insuficienţă locală a lichidelor organice
Predispoziţie la plâns	Stagnarea Qi-ului în ficat, dezechilibre ficat/plămâni/inimă
Dureri oftalmice	Creşterea Yang-ului în ficat, glere pe meridianele locale, atac al vântului
Scăderea acuităţii vizuale	Scăderea energiei renale înnăscute, vid de sânge la ficat

Privire (priviri patologice)

Observaţii	Interpretări
Calitatea strălucirii	
• privire ternă, stinsă, inexpresivă	Tulburări ale Shen-ului
• privire inconstantă	Dezechilibre superficiale
• privire intensă	Dezechilibre profunde
• privire goală, fixă, pierdută	Tablou grav de obstrucţionare cu glere Tan sau cu staze ale sângelui
Natura strălucirii	
• privire angoasată	Patologii ale inimii
• privire speriată, temătoare, anxioasă	Patologii ale rinichilor
• privire îngrijorată	Patologii ale splinei
• privire tristă	Patologii ale plămânilor
• privire furioasă, dominatoare sau în continuă mişcare	Patologii ale ficatului

Scanned with OKEN Scanner

Aspectul tenului

Observaţii	Interpretări
Ten palid	Vid de sânge, atac de frig şi vid de Yang generale
Ten străveziu	Patologie dureroasă, vânt intern
Ten roşiatic	
• faţă în întregime roşie	Căldură-plenitudine, căldura sau focul inimii
• pomeţi roşii	Căldură-vid, vid de Yin la inimă
Ten gălbui	Vid de Qi la splină, umezeală pe splină
Ten tern, gri, ca de ceară, mai mult sau mai puţin închis	Vid de Yin la rinichi, dureri interne, patologie renală

Ţesuturi externe

Observaţii	Interpretări
Pielea	
• piele atonă, moale	Vid de energie a plămânilor
• piele fragilă, cu vinişoare sau marcată	Vid de energie a plămânilor şi a splinei
• piele uscată	Vid de Yin al plămânilor, vid de sânge şi de lichide organice în meridiane
• piele crăpată	Vid de sânge, vid de substanţe în meridiane
• piele roşie, inflamată sau dureroasă	Tablou de plenitudine-căldură de origine externă sau internă în meridianele locale
• piele cu hematoame, mase dure	Staze de sânge şi de Tan
• piele lipită de ţesutul subiacent sau de ea însăşi	Aderenţe datorate unui vid de Yin, deshidratare celulară
• dermatoze (orice boală de piele)	Patologii de tip vânt cu prezenţa factorilor patogeni cum ar fi căldura sau umezeala
Unghiile	
• unghii uscate şi casante	Vid de sânge în ficat
• unghii striate	Stagnarea Qi-ului ficatului
• unghii roase	Vid de energie a splinei, stagnarea Qi-ului ficatului, factori patogeni psihici

Scanned with OKEN Scanner

Dinţii	
• parodontoză	Vid de energie renală, factori patogeni locali
• dinţi cariaţi	Vid de energie a splinei şi a rinichilor, factori patogeni locali
• creştere întârziată a dinţilor	Vid de Jing renal
Părul	
• căderea părului (în afara tratamentelor cu chimioterapie)	Scăderea energiei sexuale
• mătreaţă, păr gras	Prezenţa factorului patogen umezeală în meridianele locale
• păr uscat şi casant	Vid de sânge în general sau în meridianele locale
• culoare ternă	Vid de Qi al stomacului

Morfologie

Observaţii	Interpretări
Schelet	
• oase excesiv de fine sau constituţie fragilă	Insuficienţă de Jing
• demineralizare osoasă	Vid de Yin renal
Muşchi	
• musculatură slab dezvoltată din punct de vedere al constituţiei	Vid constituţional al energiei splinei
• atrofierea muşchilor	Slăbirea sau scăderea bruscă a energiei splinei şi eventual a sângelui din ficat
Supraîncărcare hidrică în general	Vid de Yang renal, vid de Yang în splină, dezechilibrul Triplului Focar
Supraîncărcare cu grăsimi în general	Vid de Yang sau vid de energie a splinei, tulburări ale funcţiilor de eliminare

Scanned with OKEN Scanner

Mişcări

Observaţii	Interpretări
Apatie generală	Insuficienţă de energie vitală
Eroare constituţională importantă, tulburări grave ale schemei corporale	Insuficienţă de Jing
Mişcări excesive şi permanente	Insuficienţă de Yin în ficat
Tremurături	Prezenţa vântului intern

Examinarea clinică, faza a doua: Auscultaţia şi mirosul

Interpretăm atât zgomotele deosebite şi anormale emise de către diverse funcţii (precum respiraţia, digestia, circulaţia), cât şi diversele mirosuri emanate de corp şi de gură.

Auscultaţia poate fi realizată cu urechea sau cu stetoscopul.

Zgomote respiratorii

Observaţii	Interpretări
Rezonanţă amforică (comparabilă cu zgomotul produs atunci când suflăm într-o sticlă goală)	Vid de energie sau vid de *Yang* în plămâni
Ral surd, cavernos	Tablou de plenitudine
Crepitaţie	Tablou de plenitudine-umezeală

Zgomote digestive

Observaţii	Interpretări
Clapotaj gastric persistent	Vid de energie în stomac
Zgomot peristaltic important	Vid de energie în splină asociat cu tablou de frig sau de căldură pe intestine

Scanned with OKEN Scanner

Zgomote circulatorii

Observaţii	Interpretări
Suflu cardiac în general	Vid de energie sau vid de Yang în inimă
Tahicardie greu auzibilă	Vid de Yin în inimă
Tahicardie uşor auzibilă	Plenitudine-căldură pe inimă
Bradicardie uşor auzibilă	Vid de Yang în inimă
Bradicardie puternic auzibilă	Plenitudine-frig pe inimă

Mirosuri

Observaţii	Interpretări
Halenă fetidă în general	Sindrom de căldură în stomac, stagnarea alimentelor în tubul digestiv
Mirosuri corporale sau halenă	
• asemănătoare mirosului de mucegai	Sindrom de umezeală rece sau caldă, afecţiuni renale
• acre	Sindrom de căldură sau de aprindere
• înţepătoare	Sindrom de căldură-plenitudine pe plămâni sau pe intestinul gros
• asemănătoare acetonei sau dulceagă	Vid de Yin, afecţiuni ale splinei
Agravarea unui miros patologic	Evoluţia spre agravarea unui sindrom
Diminuarea unui miros patologic	Regresie spre o patologie

Trebuie să semnalăm faptul că mirosurile sunt amestecate în mod frecvent cu mirosurile dominante.

Simţul olfactiv al practicianului trebuie să fie obişnuit atât cu evaluarea componentelor unui miros, cât şi cu evoluţia acestuia.

Scanned with OKEN Scanner

Examinarea clinică, faza a treia: Palparea

Foto 3. *Palparea pulsului*

Pulsurile

Ele sunt în număr de douăsprezece (trei organe Yin şi trei organe Yang pe fiecare braţ).

Palparea pulsurilor se face de-a lungul scobiturii interne a crestei radiale, în „loje".

Se captează pulsul din fiecare lojă pe două nivele diferite: la suprafaţă, pentru organele Yang, şi în adâncime, pentru organele Yin.

	Superficial	Profund
Loja 1 braţ stâng	Intestin subţire	Inimă
Loja 2 braţ stâng	Vezică biliară	Ficat
Loja 3 braţ stâng	Vezică urinară	Rinichi
Loja 1 braţ drept	Intestin gros	Plămâni
Loja 2 braţ drept	Stomac	Splină-pancreas
Loja 3 braţ drept	Triplul Focar	Stăpânul Inimii

Scanned with OKEN Scanner

Pulsurile pot prezenta 28 de caracteristici patologice, dintre care nu vom reţine decât principalele douăsprezece.

Palparea pulsurilor

Observaţii	Interpretări
Lent (inferior la 50/mn)	Tablou general de frig
	Lent şi fin : frig-vid
	Lent şi amplu : frig-plenitudine
Rapid (superior la 80/mn)	Tablou general de căldură
	Rapid şi fin : căldură-vid
	Rapid şi amplu : căldură-plenitudine
Neregulat	Vânt, staze ale sângelui, toxicitate, vid de Yang al inimii sau vid de Qi al inimii
Superficial	Tablou general extern
Profund	Tablou general intern
Amplu	Tablou general de plenitudine
Fin, slab	Tablou general de vid
Precipitat (rapid şi neregulat)	Căldură sau foc + vid de Qi al inimii
Legat (lent şi neregulat)	Frig + vid de Qi al inimii
Alunecos	Tablou general de umiditate
Întins sau tensionat	Dureri
	Tensionat şi alunecos : prezenţa glerelor Tan
Aspru	Tablou general de stagnare
	Aspru şi slab : stagnarea din cauza vidului de substanţe
	Aspru şi amplu : staze grave ale sângelui

Pulsurile pot fi deseori mixte, adică întâlnim mai multe caracteristici reunite în acelaşi puls.

De asemenea, se palpează pulsul general sau pulsul global ascultând cele trei loje împreună : un puls superficial va manifesta o dominantă Yang, externă sau o căldură, plenitudine, în timp ce un puls în profunzime va exprima o dominantă Yin sau internă, a frigului sau a vidului.

Scanned with OKEN Scanner

Țesuturile

Foto 4. *Palparea abdomenului*

Tot ansamblul corpului poate fi palpat. Alegerea zonelor va fi determinată de elementele obţinute în timpul anamnezei şi al inspecţiei.

Dacă, de exemplu, pacientul se plânge de dureri în diverse părţi ale corpului, va fi necesară obţinerea unor modificări corporale la nivelul meridianelor şi va trebui palpată nu numai zona dureroasă, ci şi traiectul meridianului sau meridianelor în cauză.

Procedând în aceeaşi manieră globală, putem căuta de asemenea în amonte punctele de aderenţă care ar putea reduce o mobilitate viscerală în aval, ea însăşi aflându-se la originea unei probleme funcţionale a unui organ, problemă semnalată deja cu ocazia anamnezei. Ar putea fi citate multiple exemple care ar evidenţia importanţa capitală a palpării în terapia prin masaj tradiţional chinez

Scanned with OKEN Scanner

Palparea ţesuturilor

(Piele, muşchi, ţesut conjunctiv, viscere, planuri superficiale şi profunde)

Observaţii	Interpretări
Durere	Staze ale energiei
Masă dură dureroasă	Indicaţie a unei staze interne a energiei asociată sau nu cu o stază a sângelui
Îngroşare dureroasă a pielii, a ţesutului conjunctiv extern şi a ţesuturilor lipite	Aderenţe, malpoziţionări, leziuni interne cu o corespondenţă internă
Reducerea mobilităţii	Aderenţe, malpoziţionări, leziuni, prezenţa Tan-ului
Ţesuturi anormal de calde sau calde şi roşii	Tablou de plenitudine Yang
Ţesuturi anormal de reci sau reci şi albe	Tablou de plenitudine Yin
Ţesuturi anormal de tari, întinse	Tablou de plenitudine
Ţesuturi anormal de moi, flasce	Tablou de vid
Palme calde	Căldură-vid (vid de Yin)
Dosul mâinii cald	Căldură-plenitudine
Zgomote asemănătoare celor făcute atunci când mototolim hârtia în timpul manevrei Rou Fa	Prezenţa Tan-ului şi (sau) aderenţelor
Dureri pe punctele de acupunctură	Prezenţa tulburărilor meridianelor în cauză sau a organelor corespunzătoare
Suprafaţă aspră a corpului	Prezenţa vântului şi (sau) a uscăciunii
Umflare cu semnul „godeului”	Prezenţa umidităţii, a edemelor
Umflare fără semne	Stagnarea Qi-ului (edem de Qi)

Scanned with OKEN Scanner

D. *Sinteza diagnosticului și bilanțul energetic*

Această etapă are scopul de a preciza care sunt tabelele patologice prezente.

În timpul examinării, începem deja sinteza diagnosticului în funcţie de următoarele apartenenţe :

- frig/căldură ;
- intern/extern ;
- Yin/Yang ;
- vid/plenitudine.

Apoi luăm în calcul etiologia posibilă după care s-au instalat dezechilibrele şi, în fine, analizăm şi sintetizăm rezultatele examenului precizând tablourile patologice :

1. Leziuni ale celor şase membrane în vederea unui atac de frig şi vânt-frig prin exterior.
2. Leziuni ale celor patru membrane în vederea unui atac de căldură şi vânt-căldură prin exterior.
3. Leziune a Triplului Focar în vederea unei invazii a umidităţii prin exterior.
4. Leziuni ale meridianelor din cauze semiinterne/semiexterne.
5. Tulburări ale organelor, substanţelor şi psihismului din cauze interne.

Odată pus, diagnosticul dialectic al medicinei chineze va identifica următoarele elemente :

- localizarea leziunilor (pe unul sau mai multe dintre cele cinci sectoare) ;
- vid sau plenitudine ;
- Yin sau Yang ;
- factori patogeni (frig, căldură, umiditate, vânt, secetă) ;
- glere ;
- stagnări sau staze ale Qi-ului, sânge, lichide organice, alimente, substanţe reziduale ;
- Qi patologic, inversiunea Qi-ului ;
- perturbările Shen-ului ;

Scanned with OKEN Scanner

- numele chinezesc al sindroamelor specifice ;
- eventual o indicaţie etiologică.

Exemple de diagnostice energetice dialectice :

- Vid de energie a splinei ? Anemie, anorexie, metroragii etc.
- Căldură-plenitudine în intestinul gros ? Constipaţie, colite spasmodice, hemoroizi, febră etc.
- Vânt intern paroxistic cauzat de glerele-căldură ? Accident vascular cerebral, hipertensiune severă etc.
- Căldură toxică a sângelui cu vid de Yin la ficat ? Dermatoză suprainfectată etc.
- Vid de Yang la inimă şi sindromul Yu Zheng Biao ? Depresie nervoasă.

Aceste exemple nu au decât o valoare indicativă şi reprezentativă, deoarece, în medicina chineză, fiecare caz este unic. Chiar dacă o infecţie este, în toate cazurile, o încălzire toxică a sângelui, pot exista multiple variante în jurul acestui tabel, care pot modifica atât termenii diagnosticului, cât şi modalitatea de a le trata.

Procedura-tip de diagnostic

1. Evaluarea dezechilibrelor şi tulburărilor la nivelul meridianelor

Cele mai importante valori indicative sunt :

- identificarea meridianului ;
- tabloul de vid sau plenitudine (în cazul stagnărilor şi stazelor) ;
- identificarea substanţelor insuficiente ;
- localizarea şi natura stazelor la nivelul meridianelor (sânge, energie, Tan).

2. Sindroame Zhang/Fu/Qi/Xue/Jin Ye

Cele mai importante valori indicative sunt :

- identificarea organelor şi substanţelor în cauză ;
- tablou de frig sau de căldură ;
- tablou de vid sau de plenitudine.

Rezultatul diagnosticului va avea deci aceste indicaţii.

Scanned with OKEN Scanner

Bilanțul energetic

În acest caz, el are scopul de a ghida elaborarea unui principiu de tratament prin terapie manuală tradiţională chineză.

Pentru a face acest bilanţ, aveţi la dispoziţie două fişe:

1. o fişă de diagnostic, ajutând la stabilirea acestuia;
2. o fişă bilanţ, cu următoarele indicaţii:
   - diagnosticul energetic al meridianelor şi organelor;
   - starea ţesuturilor Biao pe zone anatomice.

Bilanţul energetic evaluează situaţia sistemului energetic la un moment dat, fără a ţine cont nici de procesul etiologic, nici de evoluţie.

El are deci o valoare indicativă temporară şi poate fi reluat în mod regulat în timpul masajului tradiţional chinez pentru a aduce informaţii folositoare.

Bilanţul energetic dă informaţii precise şi clare folosind o terminologie specifică medicinei energetice chineze; de exemplu, nu foloseşte niciodată expresii vagi precum „energiile" (formulă cu totul şi cu totul nepotrivită, folosită frecvent şi în mod eronat) întrucât orice fenomen energetic trebuie să fie descris.

Colegiul de Medicină Orientală

Fişă simplificată de diagnostic energetic

Nume, prenume: Vârstă: Adresă, telefon: Dată: Greutate:	
Anamneză	
Antecedente medicale/chirurgicale	Boli Accidente Operaţii chirurgicale
Dureri (tip, localizare)	Localizări Tip
Scaune/urină	
Somn	

Scanned with OKEN Scanner

Foame şi sete	
Digestie	
Psihic	
Observaţii diverse	
Inspecţie	
Limbă	Corp Depozit
Ţesuturi externe	Piele, păr, păr pe piele, unghii
Morfologie	
Privire	
Observaţii diverse	
Palpare	
Natura ţesuturilor Zone dureroase Masă dură, staze Observaţii diverse	

Rezultate

Dezechilibre şi leziuni ale meridianelor			
	Frig/Căldură	Stagnări/Staze	Vid de substanţe
F			
Vb			
I			
IS			
SP			
S			
P			
IG			
R			
Vu			

Scanned with OKEN Scanner

Leziuni ale ţesuturilor pe zone anatomice	
	Caracteristici
Spate	
Abdomen	
Torace	
M.S.	
M.I.	
Faţă	

Sindroame prezente la nivelul organelor şi substanţelor		
	Frig/Căldură/Bi	Vid/Plenitudine
F		
Vb		
I		
IS		
RP		
S		
P		
IG		
R		
Vu		
Sânge		
Qi		
Lo		

Scanned with OKEN Scanner

Colegiul de Medicină Orientală

Fișă simplificată de bilanț energetic

Nume, prenume :	Vârstă :
Adresă, telefon :	
Dată :	Greutate :

Diagnostic energetic al meridianelor	
F	
Vb	
I	
IS	
SP	
S	
P	
IG	
R	
Vu	

Diagnostic energetic al organelor	
F	
Vb	
I	
IS	
SP	
S	
P	
IG	
R	
Vu	

Bilanț al țesuturilor Biao pe zonă anatomică	
Spate	
Abdomen	
Torace	
M.S.	
M.I.	
Față	

Scanned with OKEN Scanner

E. *Studiu de caz (diagnostic şi tratament)*

Studiile unor cazuri simple

Cazul 1: femeie – 47 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: oboseală cronică şi stare predepresivă, insomnie, luare în greutate, scaune fluide.

Examinare clinică: piele albă şi fragilă, paloare, dureri lombare ocazionale.

Diagnostic energetic
Principiu de tratament
Ramură (MP şi MTM)
Rădăcină (teren Zang Fu)

Cazul 2: bărbat – 28 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: nervozitate, palpitaţii ocazionale, oboseală generală, stres acumulat, senzaţie de rece la extremităţi, limbă uscată de culoare roz.

Examinare clinică: piele sănătoasă, uşor uscată, având o tonicitate normală, musculatură mediu dezvoltată, osatură fină, uşoare dureri dorsale în partea superioară.

Diagnostic energetic
Principiu de tratament
Ramură (MP şi MTM)
Rădăcină (teren Zang Fu)

Cazul 3: femeie – 23 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: antecedent constând în naştere dificilă cu anestezie în zona bazinului, cefalee temporare, perioade de oboseală şi apariţia unui sindrom premenstrual la prima menstruaţie după naştere, dispnee, dureri tendinoase (cot şi călcâiul lui Ahile)

Examinare clinică: piele atonă sensibilă la examinare, limbă cu glere.

Diagnostic energetic
Principiu de tratament
Ramură (MP şi MTM)
Rădăcină (teren Zang Fu)

Scanned with OKEN Scanner

Analiza celor trei cazuri

Cazul 1

Insuficienţă de Yang în splină, de sânge şi de energie renală.
Tablou general Yin ce trebuie tonificat.
TTT ramură: Tuina MTM RP/F/R/Du Mai.
TTT rădăcină: 20VG, 20Vu, 17Vu, 25Vb, MuR, 23Vu, ShuR, 1R, 2RP.
Tuina abdominal general.
Dong Fa: flexiune-extensie lombară şi flexiuni laterale.

Cazul 2

Scăderea energiei inimii şi uşoară insuficienţă a Yin-ului.
Tablou general mixt ce trebuie armonizat.
TTT ramură: Tuina MTM R/SI/I/TR/Du Mai.
TTT rădăcină: 36S, 6RP, 14VC MuI (6 cun deasupra ombilicului), 15Vu ShuI, 3I, 7R.
Tuina: Pai Fa D13, D14, D15.
Dong Fa: normalizări FLR şi ELR D3/D4/D5.

Cazul 3

Obstrucţia meridianelor şi a Vb prin Tan, insuficienţă a Qi-ului plămânilor.
Tablou general mixt ce trebuie armonizat.
TTT ramură: Tuina MTM Vb/F/P.
TTT rădăcină: 40S, 34Vb, 13V ShuP, 1P MuP, 11IG, 17VC.
Tuina: Pai Fa D9/D10/D11.
Dong Fa: normalizări FLR şi ELR D3 şi D9 şi croşetaj vibrat al Vb.

Scanned with OKEN Scanner

Studii de caz (sindroame amestecate)

Cazul 1: bărbat – 42 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: uşoară durere abdominală în partea dreaptă, difuză, permanentă, insomnii, digestie îngreunată, scaune fluide, greţuri ocazionale, poftă de mâncare slabă, libido scăzut, nervozitate interiorizată.

Examinare clinică: corp foarte slab, musculatură noduroasă, piele normală, durere abdominală dreaptă, accentuată la palpare, ten îngălbenit, temperament anxios, limbă slăbită, roşie şi uşor uscată.

Diagnostic energetic
Principiu de tratament
Ramură (MP şi MTM)
Rădăcină (teren Zang Fu)

Cazul 2: bărbat – 24 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: durere abdominală în partea dreaptă determinată de o ridicare bruscă a gambei (nici un examen nu indică prezenţa unei leziuni), oboseală mare, oboseală la efort, dureri lombare, tulburări ale recunoaşterii senzaţiei de cald-rece, slăbire, căderea părului, hipersensibilitate cutanată, pierderea importantă a vitalităţii atât pe plan fizic, cât şi pe plan psihic.

Examinare clinică: piele puţin atonă, reacţii hiperalgice sau hiperestezice la palparea generală.

Diagnostic energetic
Principiu de tratament
Ramură (MP şi MTM)
Rădăcină (teren Zang Fu)

Cazul 3: femeie – 35 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: durere în umărul stâng şi în partea superioară a spatelui, agravată în ultimele şase luni, cu diminuarea mobilităţii în ultimele două luni, oboseală frecventă, picioare umflate, slăbire generală în ultimele săptămâni cu apariţia supraîncărcărilor localizate, tabagism activ, consum de cafea, senzaţie de disconfort psihologic, predispoziţie la infecţii ORL, teamă de frig.

Scanned with OKEN Scanner

Examinare clinică : piele uscată, atonia ţesuturilor în general, limbă palidă cu depuneri, varice pe membrele inferioare, blocaj scapulo-vertebral cu fixarea D4 : apofiza spinoasă apropiată de cea de dedesubt şi deviată la dreapta, cu o apofiză transversă dureroasă la palpare, deviată la stânga.

Diagnostic energetic
Principiu de tratament
Ramură (MP şi MTM)
Rădăcină (teren Zang Fu)

Analiza cazurilor și soluție terapeutică

Cazul 1

Bilanţ

- Insuficienţă de energie a splinei şi a sângelui, blocajul Qi-ului din ficat cu formare de Tan pe F/Vb şi suspiciune de căldură-umezeală pe Vb (risc de litiază biliară).
- Tablou general complex incluzând vidul, stagnarea umedă (glere) şi un posibil teren psihopatogen.

Principiu de tratament

- Tonifierea splinei, activarea sângelui, dispersia stagnării bilei şi a stazelor în formare ale Tan-ului.
- TTT ramură : Tuina MTM S/RP/F/Vb şi Tuina abdominal general.
- TTT rădăcină : 3F, 13F, 14F, 21RP, 6RP, 36S, 40S, 17Vu, 18Vu.
- Percuţia AE de la L1 la D5 (de 12 ori).
- An Fa în pomparea ficatului (de 12 ori) şi Zheng Vb cu Tuifa de la canalele biliare în jos.
- Dong Fa : flexiune-extensie lombară, flexiuni laterale şi rotaţii în FLR.

Cazul 2

Bilanţ

- Ruptură pe Taemo şi pe axa lui Hensen (staze dureroase) cu hemoragie energetică.

Scanned with OKEN Scanner

- Scăderea bruscă a energiei renale antrenând o slăbire a axei Shaoyin şi o insuficienţă a Yang-ului plămânilor.
- Suspiciune de microleziuni neurologice.
- Tulburări ale Shen-ului.

Principiu de tratament

- Favorizarea cicatrizării, drenarea substanţelor, tonifierea rinichilor şi a plămânilor, temperarea Shen-ului.
- TTT ramură : Tuina MTM R/P/Du Mai/Vu şi Ya Fa foarte blând pe zona abdominală, în partea stângă.
- TTT rădăcină : 1R, 39Vb, 10RP, 6VC, 2P, 23Vu, 13Vu.
- Percuţia AE de la S1 la D1 (de 12 ori).
- Dong Fa : căutare şi corectare a blocajelor vertebrale.

Cazul 3

Bilanţ

- Vid de energie a plămânilor, insuficienţă de Yang al splinei şi sindrom biarticular D4 în extensie cu rotaţia corpului vertebral la stânga.

Principiu de tratament

- Tonifierea plămânilor şi a splinei, dispersia stazelor energiei şi ale sângelui prezente pe meridianele locale (IS-Vb-Vu), drenarea sângelui şi a Qi-ului în regiunea scapulo-vertebrală stângă.
- TTT ramură : *a nu se masa membrul inferior (varice).*
- Tuina : MTM P/SI, Tuina local IS/Vb/Vu în dispersie şi An Lo pe 15 TR (punct stăpân al umărului 14VG/acromion), puncte Huatuo D7/D1.
- TTT rădăcină : 13Vu, 20Vu, 21Vu, 2RP, 9P.
- Dong Fa articular corector pe D4 (precedat şi urmat de un Tuina local) : flexiune, flexiune laterală la stânga şi rotaţie la dreapta.

Scanned with OKEN Scanner

Practica clinică a masajului tradițional chinez

1. Faza preliminară

A. *Contraindicații și precauții*

Practica masajului chinez într-un cadru terapeutic necesită o adaptare perfectă, de la tehnică la patologie.

Întinderea beneficiilor sale nu trebuie să ascundă anumite riscuri. Ca în toate metodele, există şi aici indicaţii şi contraindicaţii pe care trebuie să le respectăm.

Alte situaţii, fără a fi contraindicate, necesită precauţii deosebite. Aici trebuie luat în seamă fiecare caz individual.

Contraindicații generale:

- cancer, tumori;
- plăgi, arsuri, fracturi în care osul nu a fost pus la loc sau care sunt în curs de vindecare;
- boli cardiace în fază gravă;
- accidente vasculare;
- politraumatisme;
- perioadă de prematuritate;
- boli infecţioase grave;
- febră cu mai mult de 39^0C.

Scanned with OKEN Scanner

Cazuri care impun precauţii şi o specializare din partea practicianului:

- graviditate ;
- leziuni interne în curs de cicatrizare ;
- ptoze ale organelor ;
- bătrâneţe avansată ;
- faza terminală a bolilor grave şi în ultima fază a vieţii ;
- boli osoase necanceroase ;
- boli reumatismale.

B. *Educarea simţului tactil şi pregătirea şedinţei de masaj*

Înainte de a aborda diferitele manevre ale masajului, învăţarea celor două faze ale atingerii este indispensabilă :

- conştientizarea tactilă sau simţirea ;
- controlul gestului.

Conştientizarea tactilă (simţirea)

Această etapă presupune atenţie şi realism. Trebuie să vă feriţi de interpretările hazardate, să nu vă supraestimaţi şi să vă păstraţi „picioarele pe pământ".

Atunci când ne aşezăm mâinile pe corpul pacientului putem percepe numeroase informaţii. Acestea au două origini – percepţia senzorială şi cea emoţională –, care sunt două lucruri distincte, chiar dacă sunt legate.

Calitatea perceperii lor reunite este ceea ce numim de obicei *sensibilitate*.

Percepţia senzorială

Această fază consistă în a interpreta informaţiile captate de simţurile noastre, cu precădere de simţurile tactil, vizual, olfactiv şi auditiv.

Ele furnizează creierului stimuli pe care îi analizează, transmiţându-ne un rezultat omogen. Acest rezultat ne aduce o informaţie precisă şi obiectivă despre subiectul observat.

Scanned with OKEN Scanner

Percepţia emoţională

Spre deosebire de precedenta, această fază este subiectivă, puţin controlată de raţiune. Ea răspunde unei singure logici: conexiunile făcute prin neuroni, circuitele mielinizate prin repetiţie.

Atunci când creierul înregistrează o informaţie transmisă de un sistem senzorial, aceasta se încarcă cu senzaţii emoţionale provenite din trăire. Atunci el restituie o imagine încărcată de impresie atât obiectivă, cât şi subiectivă din ceea ce noi percepem din exterior. Toate experienţele noastre, agreabile sau dezagreabile, au construit reţele prin care energia circulă mai repede în funcţie de intensitatea cu care ele au fost trăite.

Asocierea fragmentelor de informaţii percepute prin simţurile noastre cu fragmente de informaţii memorate provoacă naşterea emoţiilor (mânie, bucurie, grijă, tristeţe, frică). Acestea nu sunt întotdeauna conştiente şi pot deforma senzaţia pe care o avem în timp ce observăm.

Frontiera dintre percepţia subtilă a diferenţei de masă, de temperatură, de mişcare şi imaginaţie este uneori vagă. Să ne abţinem deci de la interpretări fanteziste cum ar fi „simt că energia este blocată în cutare sau cutare loc" sau „voi acţiona cu gândul asupra durerii dumneavoastră".

Trebuie să ştim că propriile noastre tensiuni pot fi percepute de subiect şi că fiecare dintre noi poate interpreta şi acţiona asupra propriilor emoţii.

Trezirea simţurilor noastre, cunoaşterea, umilinţa şi experienţa masajului sunt, până la urmă, cele mai bune atuuri pentru a rămâne obiectivi.

Controlul „procedeului"

Învăţarea gesturilor masajului poate fi foarte rapidă, însă controlul acestora cere timp şi experienţă; a avea în mod natural „o mână bună" ar fi un avantaj; încă de la primul contact, pacientul dumneavoastră îşi va da seama de capacităţile pe care le aveţi.

În ceea ce priveşte masajul, nu se poate trişa. Trebuie să fiţi poziţionaţi perfect, trebuie să fiţi relaxaţi, iar gesturile dumneavoastră trebuie să fie foarte sigure.

Mâna trebuie să fie curată, uşoară, fără răni, călduţă, iar unghiile trebuie să fie tăiate scurt.

Masajul nu trebuie aplicat decât atunci când suntem în armonie cu noi înşine. Aşadar este util să ne relaxăm sau să meditäm câteva minute înaintea fiecărei şedinţe de masaj.

Scanned with OKEN Scanner

Primul contact este important, mâna aşezându-se în mod firesc, fără ezitare, cu calm şi încredere. Mai întâi se vor atinge spatele, umerii, braţele, mâinile, picioarele, apoi gambele, capul şi partea ventrală pentru a intra în mod progresiv în intimitatea corporală a subiectului.

Pe durata masajului, este recomandabil să nu vorbim cu alte persoane.

Este, de asemenea, indicat să nu se piardă contactul manual cu subiectul, între diferitele manevre.

Lucrul la masă

Aceasta este organizarea-tip în clinică:

- adaptarea înălţimii mesei;
- poziţionarea;
- controlul centrului de greutate;
- jocul picioarelor;
- masarea spatelui;
- destinderea şi supleţea umerilor;
- respiraţia.

Foto 5. *Poziţia de masaj la masă*

Lucrul la sol sau pe pat

Imperativele masajului la domiciliu nu trebuie să vă împiedice să practicaţi masajul: trebuie să vă adaptaţi la toate situaţiile. Fie că masajul va avea loc pe pat sau la sol, este indicat să rămâneţi ghemuit şi să evitaţi să vă aşezaţi pe gambele pacientului.

Antrenament acasă:

- exerciţii de flexiune/extensie a degetelor;
- petrisaj cu pastă sau argilă;
- rotaţii ale încheieturii mâinii în apă.

Scanned with OKEN Scanner

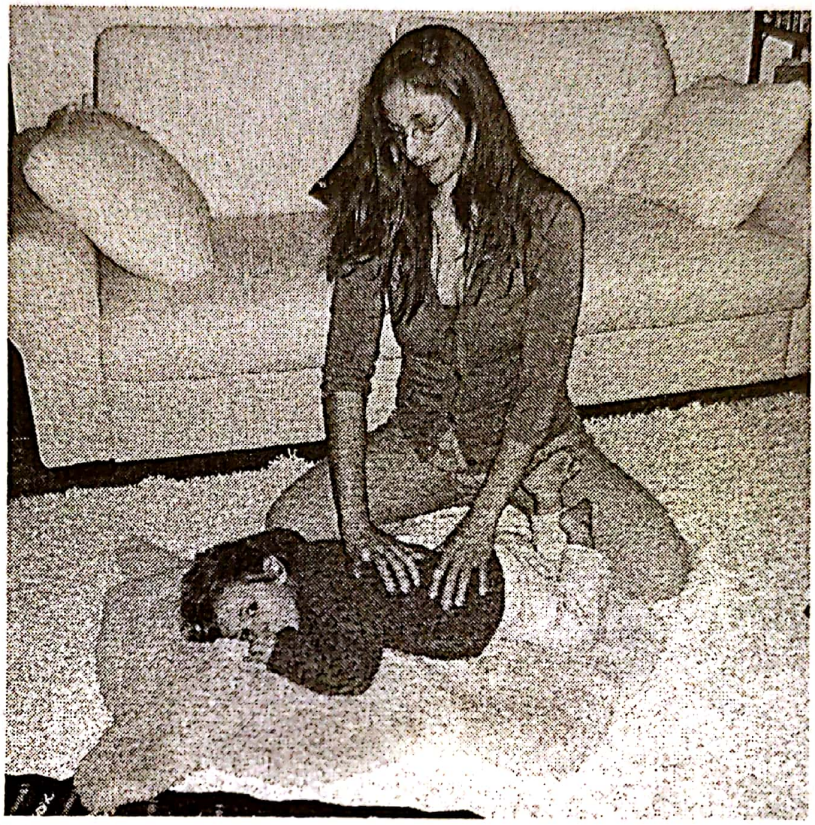


Foto 6. *Poziţia de masaj la sol*

Pregătirea ședinței de masaj

Masajul tradiţional chinez este precedat de un bilanţ energetic în cadrul căruia ar trebui să ţinem cont de indicaţiile furnizate de subiect şi de propriile noastre observaţii. La sfârşitul acestui bilanţ, veţi trasa liniile unui program individualizat de masaj.

Masajul tradiţional chinez se poate practica pe un pacient îmbrăcat parţial, mai ales atunci când este frig. Trebuie ştiut însă faptul că cea mai mare precizie şi deci cea mai mare eficacitate este obţinută direct pe piele.

Pentru a obţine un rezultat pozitiv, este indispensabil ca pacientul să fie masat într-un cadru agreabil din toate punctele de vedere.

Pe primul plan sunteți dumneavoastră

O persoană vă acordă întreaga sa încredere, vă încredinţează corpul ei, iar dumneavoastră, în schimb, trebuie să-i acordaţi multă atenţie.

Scanned with OKEN Scanner

Pentru a organiza o şedinţă de masaj trebuie să respectaţi unele precauţii şi dispoziţii elementare:

- să aveţi mâinile foarte curate, cu unghiile tăiate scurt;
- să vă scoateţi inelele şi brăţările;
- să fiţi atenţi să nu degajaţi mirosuri corporale neplăcute;
- să purtaţi haine curate, uşoare, destul de largi sau o bluză scurtă;
- evitaţi să respiraţi prea aproape de pacient; unele persoane se simt jenate din acest motiv şi nu vor îndrăzni niciodată să v-o spună;
- nu vorbiţi pe durata şedinţei şi cereţi pacientului să facă la fel;
- nu vă uitaţi în altă parte în timp ce masaţi.

Locul masajului

Instalaţi-vă într-o cameră simplu mobilată, luminată indirect.

Aveţi grijă ca locul să fie liniştit.

Folosiţi o masă de masaj joasă sau clasică, însă cu o lăţime minimă de 60 cm.

Temperatura trebuie să fie plăcută, de 26°C în mod ideal. La această temperatură, corpul nu luptă nici cu căldura, nici cu frigul.

C. *Testele de bază*

Se folosesc unele metode care permit evaluarea situaţiilor de risc, determinarea gravităţii unei stări sau precizarea naturii şi localizarea unei leziuni.

Aceste teste sunt fiabile şi uşor de realizat.

Practicate de foarte mult timp în medicina manuală chineză, ele sunt prezentate aici sub denumirile occidentale pentru a facilita memorarea lor.

Testul Lassègue: ridicarea membrelor inferioare

Pacientul este în decubit dorsal.

Se ridică încet piciorul întins, ţinând în mână călcâiul.

Orice durere care apare la mai mult de 40 de grade indică posibilitatea unei hernii de disc sau a unei probleme neurologice sau vertebrale majore.

Scanned with OKEN Scanner

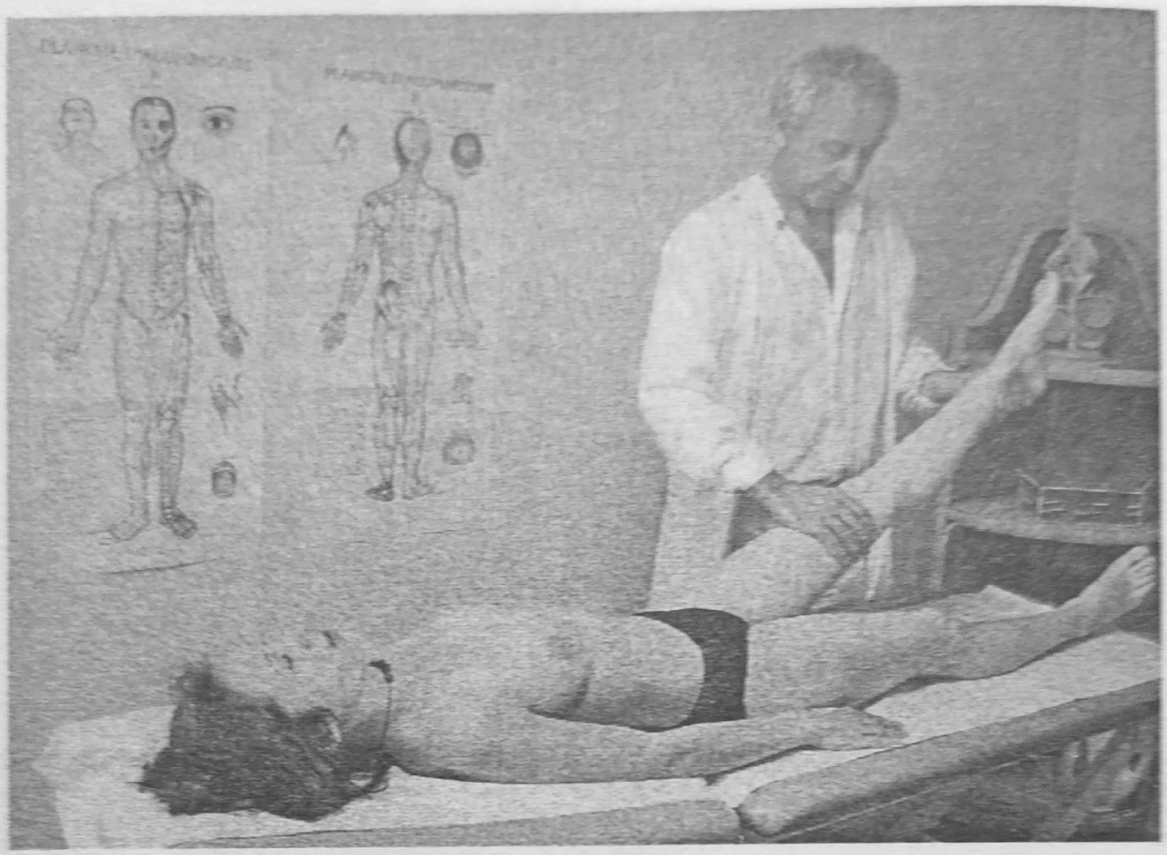


Foto 7. *Testul Lassègue*

Testul Jackson: presiune axială

Pacientul este în poziţia şezut cu spatele drept.

Se încrucişează mâinile şi se realizează o compresie pe creştetul capului, în axa coloanei vertebrale.

Orice durere semnalează o afecţiune discală.

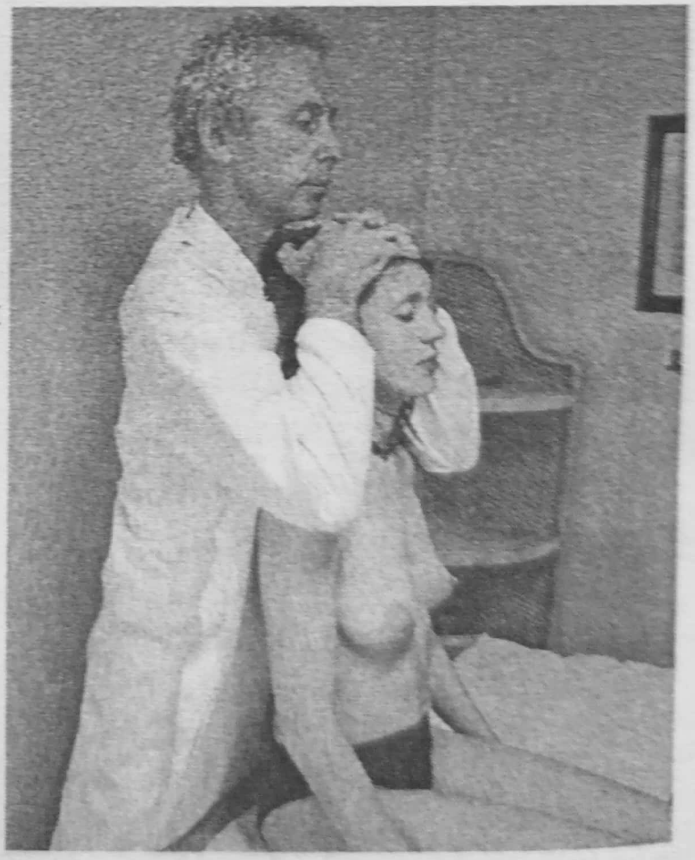


Foto 8. *Testul Jackson*

Scanned with OKEN Scanner

Testul Valsava: autopresiune abdominală

Pacientul este în decubit dorsal, cu picioarele îndoite.

El îşi ţine respiraţia şi efectuează o apăsare abdominală ca şi cum are avea scaun.

Orice durere indică o afecţiune discală sau neurologică, pe segmentul vertebral în cauză.

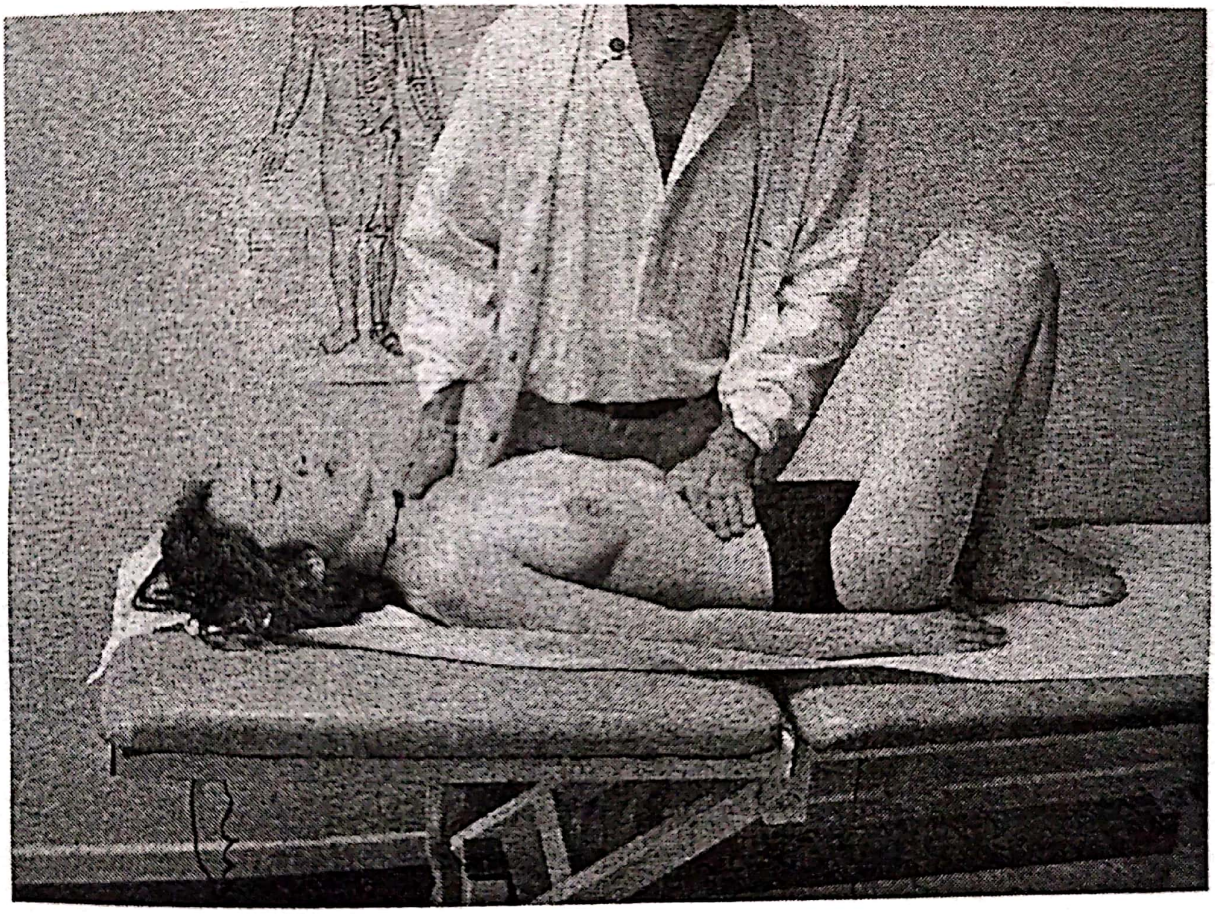


Foto 9. *Testul Valsava*

Testul Wright: abducţie/rotaţie internă a braţului şi rotaţie a capului

Pacientul este în picioare.

Braţul pacientului este în abducţie rotaţie externă.

Se ia pulsul radial al braţului în cauză, iar pacientul este rugat să întoarcă capul în partea opusă.

O scădere sau o oprire a pulsului radial semnalează prezenţa unei compresii a arterei subclavia.

Scanned with OKEN Scanner

Foto 10. *Testul Wright*

Testul Neri: auto-extensie cervicală (autoflexiune) în picioare. Durere = semn al unei hernii de disc

Pacientul este în picioare, cu spatele drept.

El efectuează o anteflexiune a capului.

Apariţia unei dureri semnalează o hernie de disc.

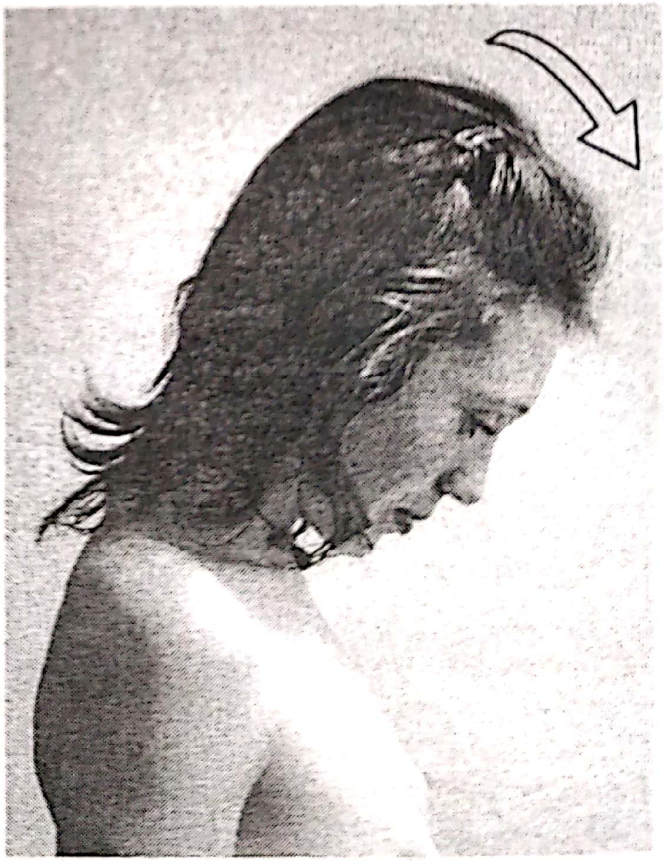


Foto 11. *Testul Neri*

Scanned with OKEN Scanner

Testul Sotto-Hall: ridicarea capului cu presiune sternală. Durere acută localizată = semn al unei fracturi vertebrale

Pacientul este în decubit dorsal. Gambele sunt întinse.

Mâna poziţionată în dreptul cefei ridică progresiv capul pacientului în timp ce a doua mână exercită o presiune pe stern.

O durere acută localizată semnalează o fractură vertebrală.

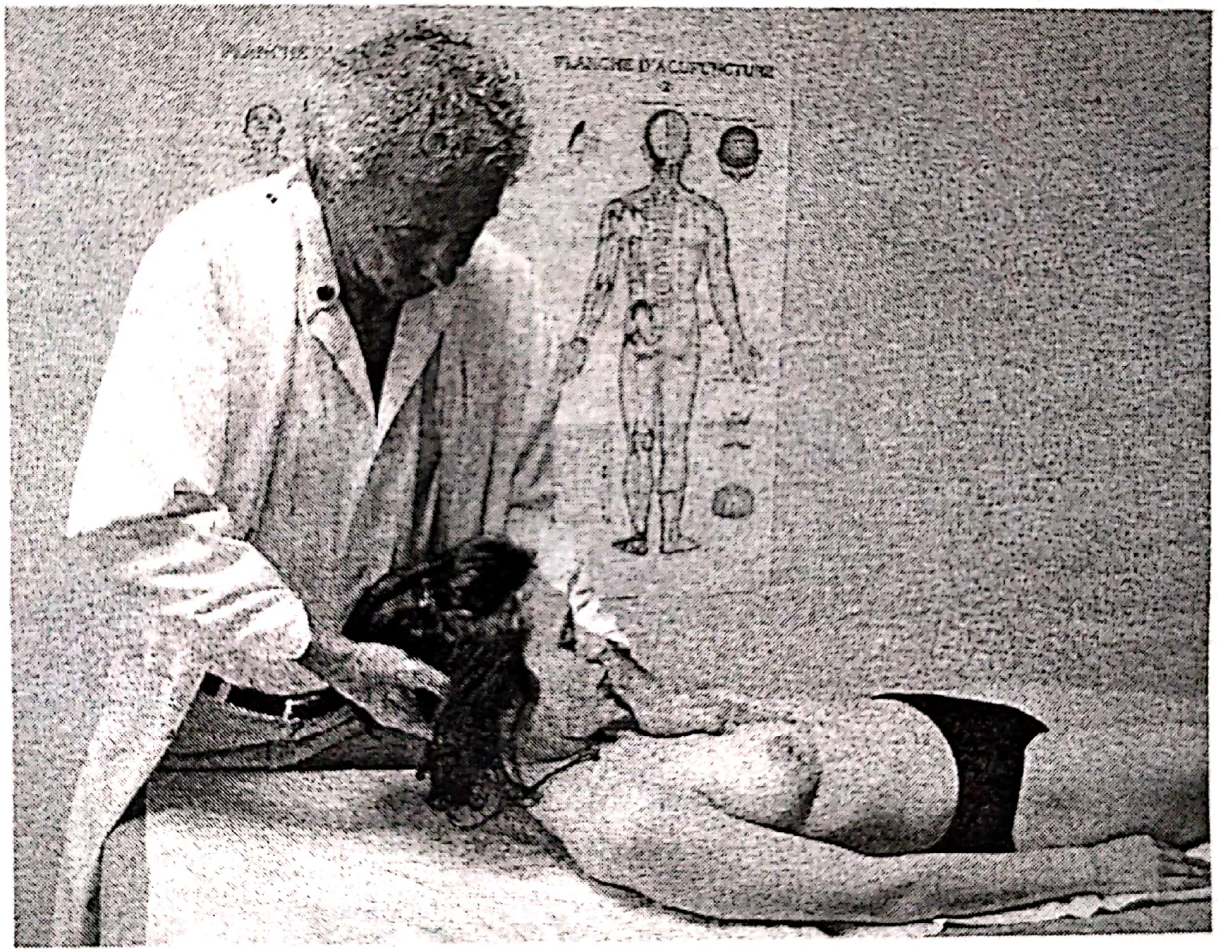


Foto 12. *Testul Sotto-Hall*

Semnul Homan: flexiunea piciorului cu gamba întinsă = stază (tromboflebită) venoasă

Pacientul este în decubit dorsal. Gambele sunt întinse.

Mâna poziţionată în dreptul genunchiului exercită o flexiune dorsală a piciorului.

Cea de-a doua mână apasă genunchiul pentru a menţine gamba întinsă.

Scanned with OKEN Scanner

O durere localizată la pulpa piciorului şi confirmată la palpare evidenţiază o stază sangvină gravă (tromboflebită venoasă).

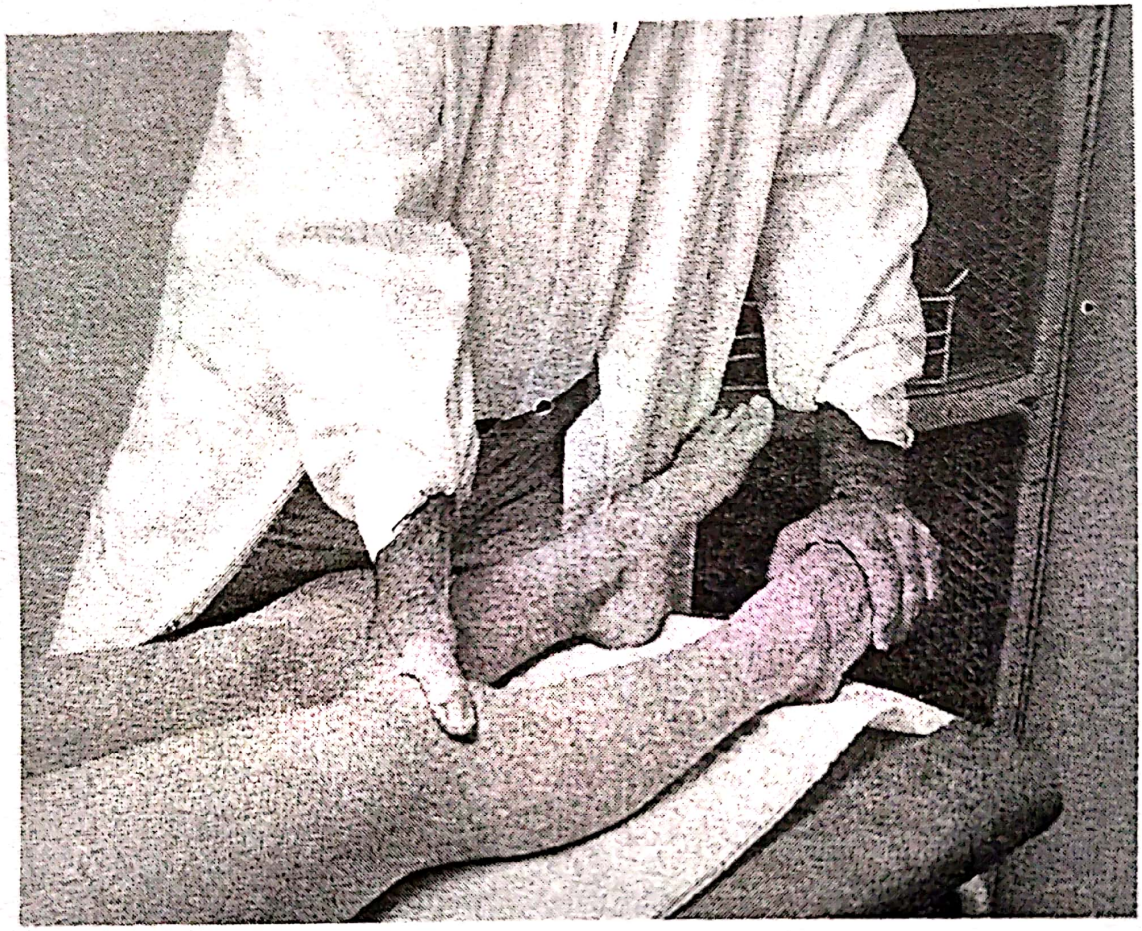


Foto 13. *Semnul Homan*

Semn al unei fracturi costale: flexiune laterală în partea opusă şi teste ale părţii costale

Pacientul este aşezat, cu braţul îndoit deasupra capului.

Se efectuează o flexiune laterală pe partea braţului liber şi se testează coastele pe partea braţului aşezat deasupra capului.

Strângere în cleşte cu mâna a marginii superioare a unei coaste şi apăsare uşoară în jos.

Orice durere acută indică o probabilă fractură a coastei (a se confirma prin radiografiere).

Scanned with OKEN Scanner

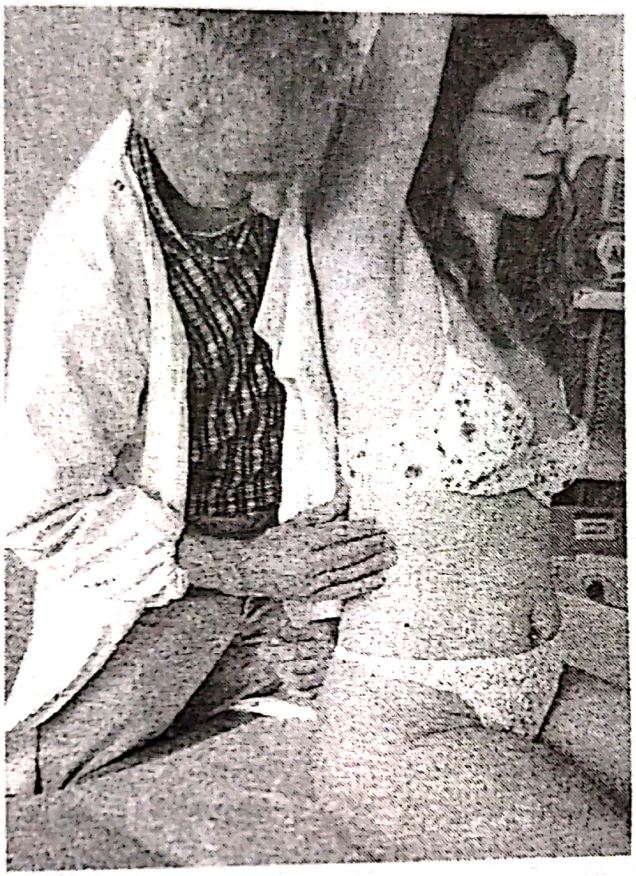


Foto 14. *Semn al unei fracturi costale*

D. *Programul de tratament prin masaj*

Programul de tratament este o etapă inevitabilă care precedă masajul.

El se stabileşte în funcţie de diagnosticul energetic.

Cu ajutorul acestui plan orientăm acţiunea spre unul dintre diferitele segmentele anatomice şi în diverse maniere.

Tratamentul se organizează după diferite „principii" ; aceste principii de tratament sunt soluţii terapeutice adaptate la situaţii patologice foarte precise pe care le observăm la nivelul celor cinci sectoare.

Iar în acest domeniu sunt tot atâtea posibilităţi de combinare câte situaţii există.

Un tratament prin masaj tradiţional chinez este conceput în ansamblul său pe două acţiuni :

- o acţiune centrată pe cauză, aşa-numita „tratare a rădăcinii" şi
- o acţiune centrată pe manifestări, aşa-numita „tratare a ramurii".

Scanned with OKEN Scanner

Tratarea rădăcinii

În acest caz, încercăm să abordăm simptomele responsabile de ansamblul bolii, fie că ea prezintă sau nu semne.

Tratarea simultană a mai multor simptome este posibilă, cu condiţia să fie stabilit un diagnostic foarte precis care să ţină cont de relaţiile care interacţionează între acestea.

Tratăm de o manieră „extinsă" deoarece programul vizează tonifierea splinei, reglarea Qi-ului şi calmarea Shen-ului (mintal) într-o situaţie confuză.

Tratarea ramurii

În acest caz, acţionăm direct pe simptome, cu scopul de a reduce manifestările lor, adică durerea, manifestările care perturbă sistemele vitale sau de reglare, febra excesivă etc.

În cadrul unui demers preventiv, tratarea rădăcinii corespunde şi tratării organelor, a sângelui şi a psihismului, la fel cum tratarea ramurii înseamnă acţiunea asupra meridianelor şi ţesuturilor externe.

Masajul tradiţional chinez este o metodă terapeutică foarte bine adaptată la o acţiune preventivă, atunci când este practicat cu preocupare pentru igienă şi întreţinere.

Schema directoare a unui program de tratament

Plecând de la diagnostic, tratamentul manual va avea scopul de a reechilibra componentele sistemului energetic, adică cele cinci sectoare (meridiane, organe, substanţe, psihism, ţesuturi).

Pentru aceasta putem proceda astfel :

1. alegem unul sau mai multe principii de tratament (rădăcină şi ramură) ;
2. inventariem acţiunilor terapeutice care trebuie întreprinse pentru fiecare ;
3. alegem gesturile corespunzătoare.

Conceperea programului de tratament nu trebuie să dureze mai mult de trei minute de reflexie într-o practică clinică obişnuită. În ceea ce-l priveşte, studentul îşi va acorda timpul necesar pentru a obţine o sinteză coerentă şi va încerca în continuare să reducă timpul de reflexie.

Scanned with OKEN Scanner

Tabelul principiilor de tratament ale masajului chinez

(Mnemotehnică : 5R2D2LTTS)

Principii de tratament	Indicaţii
Reglarea fluxului de Qi	Tulburări ale circulaţiei generale de energie
Reglarea fluxului lichidelor	Reglarea fluxului sangvin
	Tulburări ale circulaţiei generale a sângelui
	Tulburări ale circulaţiei generale a lichidului organic
	Obstrucţionarea meridianelor
Reconstituirea Qi-ului	Tulburări calitative şi cantitative ale energiei
Reconstituirea sângelui	Tulburări calitative şi cantitative ale sângelui
Restabilirea mobilităţii	Sindrom Bi, blocaj articular sau visceral
Degajarea meridianelor	Dispersia stazelor
Drenajul lichidelor	Stagnarea lichidelor
Eliberarea suprafeţei	Factori patogeni pe Biao (suprafaţa corpului)
Eliberarea Qi-ului unui organ	Blocajul circulaţiei Qi-ului într-un organ
Moderarea Shen-ului	Tulburări minore sau majore ale psihismului
Tonifierea unui organ	Insuficienţă dinamică a unui organ
Calmarea durerii	Toate suferinţele fizice

Tabelul acțiunilor terapeutice

(Mnemotehnică : 3D3RSTHAM)

Acţiuni	Indicaţii
Dezlipire	Se dezlipesc aderenţele
Dispersie	Se dispersează stazele

Scanned with OKEN Scanner

Drenaj	Se drenează stazele deja dispersate sau lichidele fiziologice stagnante
Înmuiere	Se înmoaie ţesuturile stresate şi hipertonice
Încălzire	Se încălzeşte o zonă prea rece
Răcire	Se răceşte o zonă prea caldă
Stimulare	Se stimulează energia Yang
Tonifiere	Se tonifică o zonă care duce lipsă de energie, de sânge sau de lichid organic
Armonizare	Se armonizează şi se egalizează efectele obţinute în diferitele zone
Calmare	Se calmează o suferinţă şi o mişcare excesivă
Mobilizare	Se facilitează mişcarea naturală (mobilitatea şi motilitatea)

Sectoarele tratate direct prin masaj

Meridiane

Masajul permite lucrul pe cele 12 meridiane principale, meridianele tendino-musculare, cele două Vase Extraordinare permanente, plus câteva segmente ale ramurilor profunde şi a celor şase Vase Extraordinare intermitente.

Patologiile meridianelor sunt deci bine acoperite din punct de vedere global.

Organe

Cu excepţia unor organe cum ar fi inima, plămânii şi rinichii, masajul tradiţional chinez oferă posibilitatea acţionării, pe cale externă, asupra viscerelor şi membranelor lor şi pe cale intravaginală asupra uterului.

Ţesuturi

Ţesuturile anorganice şi cele situate în afara meridianelor sunt accesibile în aproape toată integralitatea lor prin masaj profund (straturi dermice, ţesut conjunctiv, *fascia*, muşchi, segmente articulare, terminaţii nervoase şi plăci motrice, periost).

Scanned with OKEN Scanner

Segmente tratate indirect prin masaj

Substanţe

Sângele, energia şi lichidele organice sunt, în mod evident, materiale care nu sunt lucrate direct cu mâna, dar asupra cărora putem acţiona prin intermediul elementelor care le conţin, adică meridianele, ţesuturile şi organele.

Tonifierea meridianelor splinei, plămânilor şi inimii permite în mod incontestabil reconstituirea sângelui prin acţiunea asupra organelor care îi asigură producerea.

La fel şi pentru Qi, asupra căruia putem acţiona mai ales prin masajul rinichilor, al vasului Tou Mo şi al unor puncte de acupunctură.

Psihismul

În acest caz, acţiunea este şi mai indirectă, deoarece nu putem acţiona asupra planului mintal decât prin intermediul întregului sistem energetic şi al componentelor relaţionale. Masajul este un aliat preţios al ajutorului psihologic, deoarece el aduce unele elemente corporale indispensabile la o bună funcţionare intelectuală sau afectivă.

Exemplu de program de tratament

Pentru a vă ajuta să înţelegeţi mai bine procedura generală a planului de tratament, vă propun un exemplu.

După ce am examinat un pacient şi am pus diagnosticul energetic, am decis să reglăm circulaţia generală a sângelui. Acesta este principiul director de tratament. În acest caz, este şi unicul.

Pentru a-l realiza, ghidându-ne după bilanţul practicat pe cele cinci sectoare, am decis să procedăm astfel :

Tratarea ramurii

1. Eliberarea meridianelor puternic vascularizate (Inimă, Ficat, Plămâni, Intestin gros, Stomac, Splină, Stăpânul Inimii).

Acţiuni terapeutice întreprinse : dispersia şi drenajul eventualelor staze.

Scanned with OKEN Scanner

2. Restabilirea mobilităţii marilor grupări articulare.
Acţiuni terapeutice întreprinse: mobilizarea în jocul fiziologic.
3. Reglarea fluxului sangvin în meridiane.
Acţiuni terapeutice întreprinse: drenajul şi tonifierea meridianelor.

Tratarea rădăcinii

1. Eliberarea Qi-ului din ficat.
Acţiuni terapeutice întreprinse: mobilizarea ficatului, tonifierea Qi-ului din ficat.
2. Tonifierea inimii.
Acţiuni terapeutice întreprinse: stimularea Yang-ului din inimă.

Alegerea gesturilor are loc pe măsură ce masajul progresează, în funcţie de fiecare acţiune terapeutică, pentru care este mai bine adaptat un anumit gest.

Studiu de caz

Cazul 1: femeie – 47 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: oboseală cronică şi stare predepresivă, insomnie, luare în greutate, scaune fluide.
Examinare clinică: piele albă şi fragilă, paloare, dureri lombare ocazionale.

Diagnostic energetic

Insuficienţă de Yang al splinei, al sângelui şi al energiei renale.

Principiu de tratament

Tablou general Yin ce trebuie tonifiat.

Ramură (MP şi MTM)

TTT ramură: Tuina MTM RP/F/R/DuMai.

Scanned with OKEN Scanner

Rădăcină (teren Zang Fu)

- TTT rădăcină: 20 VG, 20Vu, 17Vu, 25Vb MuR, 23Vu ShuR, 1R, 2RP.
- Tuina abdominal general.
- Dong Fa: flexiune-extensie lombară şi flexiuni laterale.

Cazul 2: bărbat – 28 de ani, cu următorul profil:

Anemneză: nervozitate, palpitaţii ocazionale, oboseală generală, stres, senzaţie de frig la extremităţi, limbă uscată de culoare roz.

Examinare clinică: piele sănătoasă, uşor uscată şi cu tonicitate normală, musculatură mediu dezvoltată, osatură fină, dureri dorsale uşoare în partea superioară.

Diagnostic energetic

Scăderea energiei inimii şi uşoară insuficienţă de Yin.

Principiu de tratament

Tablou general mixt ce trebuie armonizat.

Ramură (MP şi MTM)

TTT ramură: Tuina MTM R/SI/I/TR/DuMai.

Rădăcină (teren Zang Fu)

- TTT rădăcină: 36S, 6RP, 14VC MuI (6 cun deasupra ombilicului), 15V ShuI, 3I, 7R.
- Tuina Paifa D13 D14 D15
- Dong Fa normalizări FLR şi ELR D3/D4/D5.

Cazul 3: femeie – 23 de ani, cu următorul profil:

Anamneză: antecedent constând în naştere dificilă cu anestezie în zona bazinului, cefalee temporale, perioade de oboseală şi apariţia unui

Scanned with OKEN Scanner

sindrom premenstrual la prima menstruaţie după naştere, dispnee, dureri tendinoase (cot şi călcâiul lui Ahile).

Examinare clinică : piele atonă sensibilă la examinare, limbă cu glere.

Diagnostic energetic

Obstrucţionarea meridianelor şi a Vb de Tan, insuficienţă de Qi în plămâni.

Principiu de tratament

Tablou general mixt ce trebuie armonizat.

Ramură (MP şi MTM)

TTT ramură : Tuina MTM Vb/F/P.

Rădăcină (teren Zang Fu)

- TTT rădăcină : 40S, 34Vb, 13Vu ShuP, 1P MuP, 11IG, 17VC.
- Tuina Paifa D9/D10/D11.
- Dong Fa normalizări FLR şi ELR D3 şi D9 şi croşetaj vibrat al Vb.

2. Tehnica masajului. Studiul punctelor şi al gesturilor

Termenul generic *masaj* regrupează în realitate un număr important de acţiuni manuale care formează o metodă terapeutică autonomă.

Astfel, acţiunea directă asupra majorităţii părţilor corpului şi acţiunea indirectă asupra celorlalte părţi devine posibilă.

Distingem două categorii principale de acţiuni :

- Tuina, care regrupează gesturile cu o acţiune directă asupra ţesuturilor ;
- Dong Fa-ul, care regrupează gesturile cu o acţiune mobilizatoare asupra sistemelor articulare şi asupra organelor.

Scanned with OKEN Scanner

Cele două trebuie să fie neapărat sincronizate, în funcţie de diferitele grade de importanţă, după caz.

Însă, în orice caz, este întotdeauna preferabil să nu le aplicăm izolat, întrucât acţiunile lor, bazate pe acelaşi raţionament, se completează şi se potenţează reciproc.

Altfel spus, un protocol de masaj bine condus va utiliza gesturile de Tuina menite să reabiliteze ţesuturile şi substanţele, pregătindu-le astfel să primească în cele mai bune condiţii alte tipuri de gesturi, mai ample şi mai dinamice.

Tuina va precede de cele mai multe ori Dong Fa-ul şi uneori poate să-i succeadă.

„Instrumentele de masaj" sunt în mod esenţial corporale, chiar dacă în comerţ găsim numeroase accesorii. În afara acţiunii de mobilizare (Dong Fa), putem folosi uleiuri de masaj. Sunt de preferat uleiurile mai puţin grase. Talcul, aplicat pe o piele uscată, este la rândul lui un excelent agent care permite alunecarea.

Masajul tradiţional chinez este practicat mai ales cu mâinile, uneori cu antebraţul, coatele şi picioarele. Maseurul foloseşte aceste părţi ale corpului drept instrumente ce exercită o acţiune mecanică şi, în acelaşi timp, drept senzori ce permit primirea informaţiilor despre organismul pacientului (tensiuni, dureri, temperatura ţesuturilor, prezenţa stazelor etc.).

Mâna rămâne totuşi unealta cea mai utilizată. Ne folosim de diferitele sale părţi constituente :

- palma şi dosul mâinii ;
- muchia palmei (marginea cubitală), pumnul sau mâna întinsă ;
- eminenţa tenară şi eminenţa hipotenară,
- perniţele şi partea plată a degetelor (individuale sau reunite).

Tehnica propriu-zisă a masajului regrupează zeci de gesturi, a căror aplicare precaută pe suprafaţa corpului induce efecte specifice fiecăruia.

Pe durata execuţiei unui principiu de tratament se folosesc, în mod combinat, unele gesturi secvenţiale a căror durată poate varia de la câteva secunde, până la câteva minute. În cele ce urmează vi le prezentăm pe cele mai importante.

Scanned with OKEN Scanner

A. *Punctele principale folosite în masajul chinez*

Puncte	Caracteristici	Localizări
2F	Punct de dispersie	La mijlocul porţiunii dintre primul şi al doilea deget de la picior
3F	Punct de reglare	2 cun deasupra comisurii dintre primul şi al doilea deget de la picior
5F	Punct Lo	5 cun deasupra maleolei interne, la marginea posterioară a tibiei
6F	Punct Xi	7 cun deasupra maleolei interne, pe marginea posterioară a tibiei
8F	Punct de tonifiere	Pe muşchiul semimembranos, deasupra plicii de flexiune a genunchiului
1Vb	Punct de intrare în meridian	La marginea cantusului extern al ochiului
8Vb	Punct de dezintoxicare	Deasupra vârfului urechii, la 1,5 cun de păr
14Vb	Punct principal al tulburărilor de vedere	La 1,5 cun deasupra sprâncenei, pe axul ochiului
20Vb	Punct de eliminare a vântului	În scobitura situată sub POE
21Vb	Punct de tonifiere	La mijlocul distanţei dintre acromion şi apofiza spinoasă I7
25Vb	Punct Mu (mesager) al rinichilor	Sub extremitatea liberă a celei de-a douăsprezecea coaste
30Vb	Punct al durerilor membrului inferior	Situat la o treime pe linia care uneşte trohanterul mare şi coccisul
I1	Punct de intrare, dureri şi pierderi ale mobilităţii braţului	Situat în centrul axilei
I3	Punct de reglare	Între epitrohlee şi marginea internă a plicii de flexiune a cotului
I7	Punct de dispersie	Sub marginea superioară a osului pisiform

Scanned with OKEN Scanner

I8	Punct de armonizare inimă/rinichi	Între al patrulea şi al cincilea metacarpian, în locul în care poziţionăm în mod normal degetul mic în timpul flexiunii mâinii
I9	Punct de tonifiere	La 0,1 cun în spatele marginii ungveale interne a degetului mic
3IS	Punct de tonifiere	La 1 cun deasupra articulaţiei metacarpo-falangiene a celui de-al cincilea deget
7IS	Punct Luo	La 5 cun deasupra încheieturii, de-a lungul crestei cubitale
10IS	Punct principal al tulburărilor umărului	Sub extremitatea externă a crestei spinoase
15IS	Punct principal al tulburărilor cotului	Sub apofiza spinoasă a I7, la 2 cun în exterior
2Sp	Punct de tonifiere	La marginea internă a degetului mare de la picior, în faţa primei articulaţii metatarso-falangiene
6Sp	Punct de reglare a meridianului şi a funcţiilor organului	La 3 cun deasupra maleolei interne, pe creasta tibială
10Sp	Punct de reglare	Pe muşchiul vast intern, la 2 cun deasupra marginii supero-interne a rotulei
21Sp	Marele punct Luo general	În al şaselea EIC sub linia axilară
41S	Punct de tonifiere	La mijlocul plicii din partea superioară a piciorului, formată la flexiune
36S	Punct regulator general	La 3 cun sub interlinia articulară femuro--tibială şi la 1 cun în exterior
25S	Punct Mu mesager al intestinului gros	La 2 cun în exteriorul ombilicului
4S	Punct sedativ	La 0,5 cun în exteriorul comisurii buzelor
1P	Punct Mu	Deasupra celei de-a doua coaste, la 6 cun de linia mediană
9P	Punct de tonifiere	La baza osului trapez
7P	Punct Yuan	Pe creasta radiusului la 0,5 cun deasupra apofizei stiloide radiale
4IG	Punct Yuan	În unghiul format de primul şi al doilea metacarpian, la 0,5 cun spre cel de-al doilea

Scanned with OKEN Scanner

11IG	Punct de tonifiere	La mijlocul distanţei dintre vârful epicondilului şi marginea radială a plicii de flexiune a cotului
15IG	Punct principal al tulburărilor umărului	În depresiunea subacromio-claviculară, formată de abducţia braţului
20IG	Punct de reunire al Yang Min-ului	La 0,3 cun faţă de marginea externă a aripii nasului
1R	Punct de intrare şi de tonifiere a Yin-ului	Pe linia mediană a tălpii, la 1 cun deasupra centrului
3R	Punct Yuan	Sursă între vârful maleolei interne şi marginea posterioară a tendonului lui Ahile
21R	Punct de ieşire din meridian	1 cun sub apendicele xifoid, la 0,5 cun faţă de linia mediană
1Vu	Punct de intrare în meridian	Chiar deasupra cantusului intern al ochiului
13Vu	Punct Shu de asentiment al plămânilor	La 1,5 cun de axul median, între D3 şi D4
15Vu	Punct Shu de asentiment al inimii	La 1,5 cun de axul median, între D5 şi D6
18Vu	Punct Shu de asentiment al ficatului	La 1,5 cun de axul median, între D9 şi D10
19Vu	Punct Shu de asentiment al vezicii biliare	La 1,5 cun de axul median, între D10 şi D11
20Vu	Punct Shu de asentiment al splinei	La 1,5 cun de axul median, între D11 şi D12
21Vu	Punct Shu de asentiment al stomacului	La 1,5 cun de axul median, între D12 şi L1
23Vu	Punct Shu de asentiment al rinichilor	La 1,5 cun de axul median, între L2 şi L3
25Vu	Punct Shu de asentiment al intestinului gros	La 1,5 cun de axul median, între L4 şi L5
27Vu	Punct Shu de asentiment al intestinului subţire	La 1,5 cun de axul median, în faţa primei găuri sacrale

Scanned with OKEN Scanner

28Vu	Punct Shu de asentiment al vezicii urinare	La 1,5 cun de axul median în faţa celei de-a doua găuri sacrale
54Vu	Punct de reglare	În centrul fosei poplitee
60Vu	Punctul specific al durerilor	Între vârful maleolei externe şi marginea posterioară a tendonului lui Ahile, în faţa punctului 3R
44S	Punct Xing	Pe porţiunea dintre al doilea şi al treilea deget de la picior
21S	Punct important al tulburărilor psihice	Situat la mijlocul distanţei dintre creasta sternală şi ombilic, la 2 cun în exterior
38Vb	Punct de dispersie	4 cun deasupra maleolei externe, pe marginea anterioară a peroneului
24Vb	Punct Mu mesager al vezicii biliare	Pe verticala mamelonului (al patrulea EIC) în al şaptelea EIC
17VC	Punct Mu mesager al Stăpânului Inimii	La jumătatea distanţei dintre apendicele xifoid şi ombilic
12VC	Stomac	La jumătatea distanţei dintre apendicele xifoid şi ombilic, pe linia mediană
4VC	Punct stăpân al energiei înnăscute, punct Mu mesager al intestinului subţire	3 cun sub ombilic, pe linia mediană
3VC	Punct Mu mesager al vezicii urinare	4 cun sub ombilic, pe linia mediană
7R	Punct de tonifiere	2 cun deasupra maleolei interne şi la 1 cun în interiorul tibiei
2P	Punct important al respiraţiei	Chiar sub marginea externă a claviculei
13F	Punct mesager al splinei	La extremitatea celei de-a unsprezecea coaste (masaţi chiar dedesubt)
6SI	Punct Luo general şi al Stăpânului Inimii	La 2 cun deasupra plicii externe a încheieturii mâinii
5TF	Punct Luo general şi al Triplului Focar	La 2 cun deasupra plicii externe a încheieturii mâinii

Scanned with OKEN Scanner

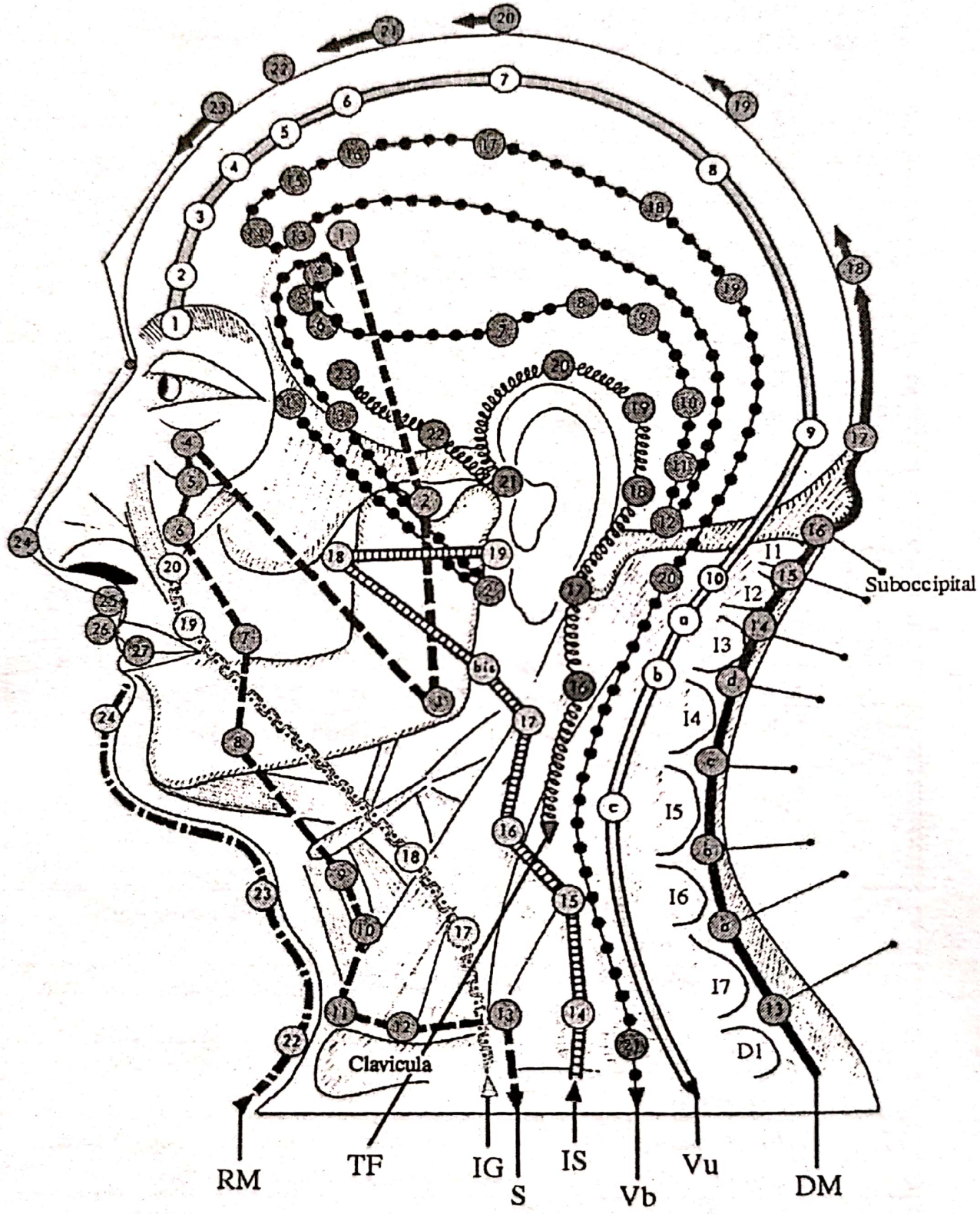


Figura 14a. *Meridianele Capului*

Scanned with OKEN Scanner

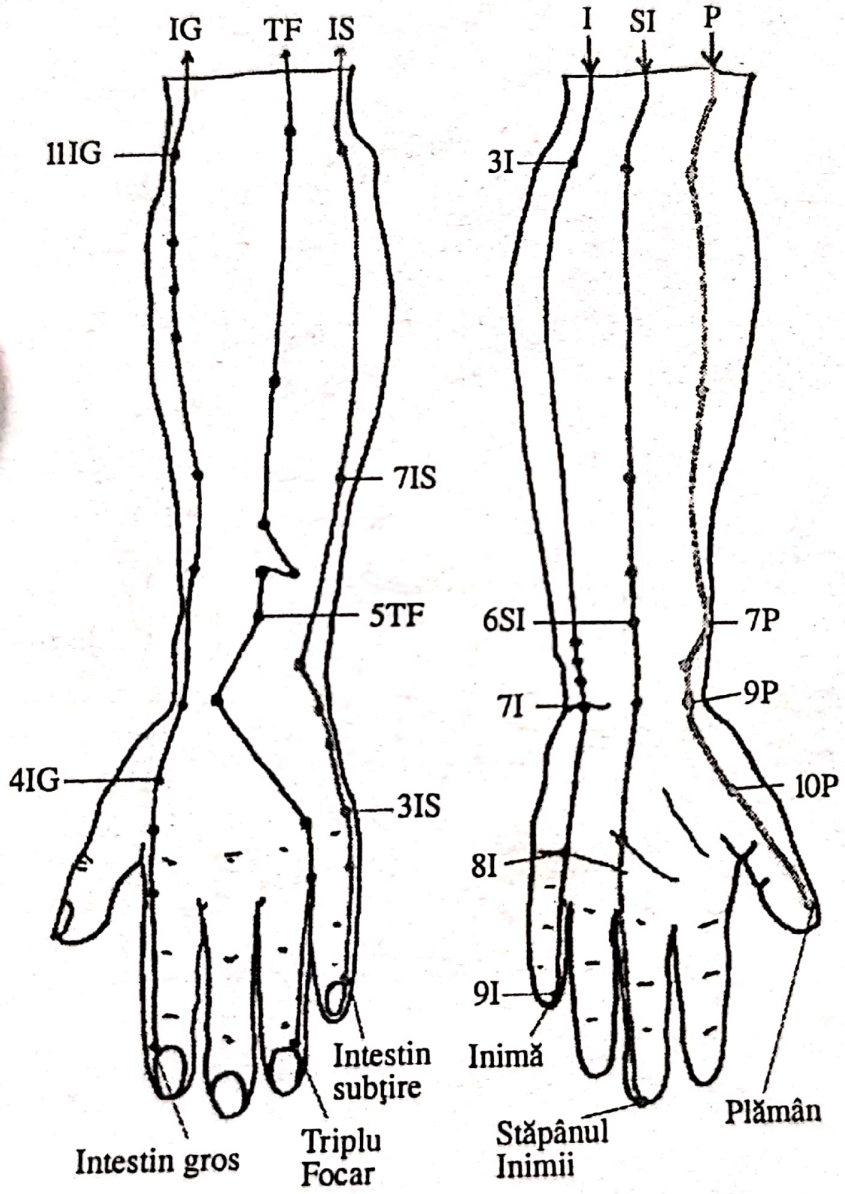


Figura 14b. *Meridianele Braţului*

Scanned with OKEN Scanner

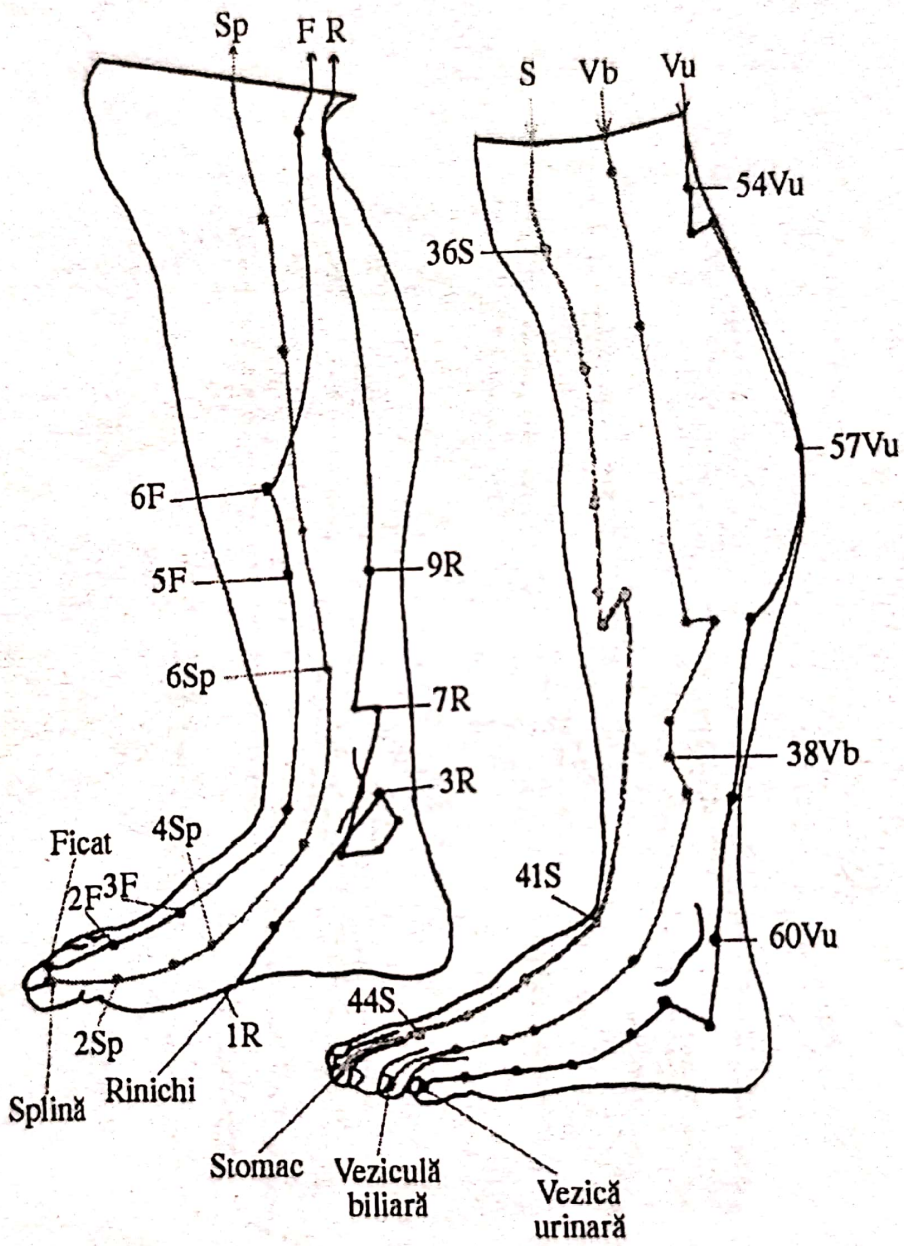


Figura 14c. *Meridianele Gambei*

Scanned with OKEN Scanner

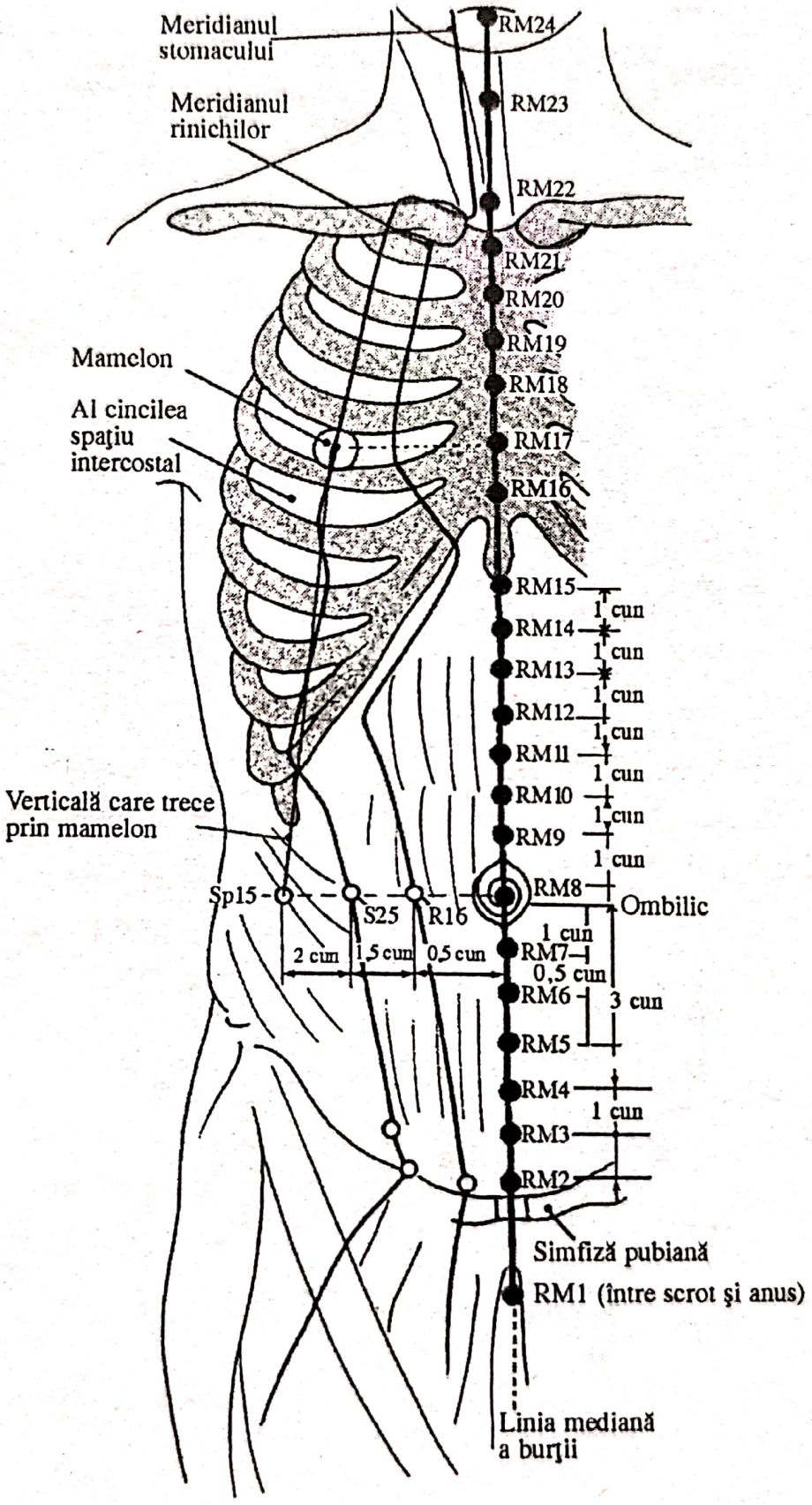


Figura 14d. *Meridianul Ren Mai*

Scanned with OKEN Scanner

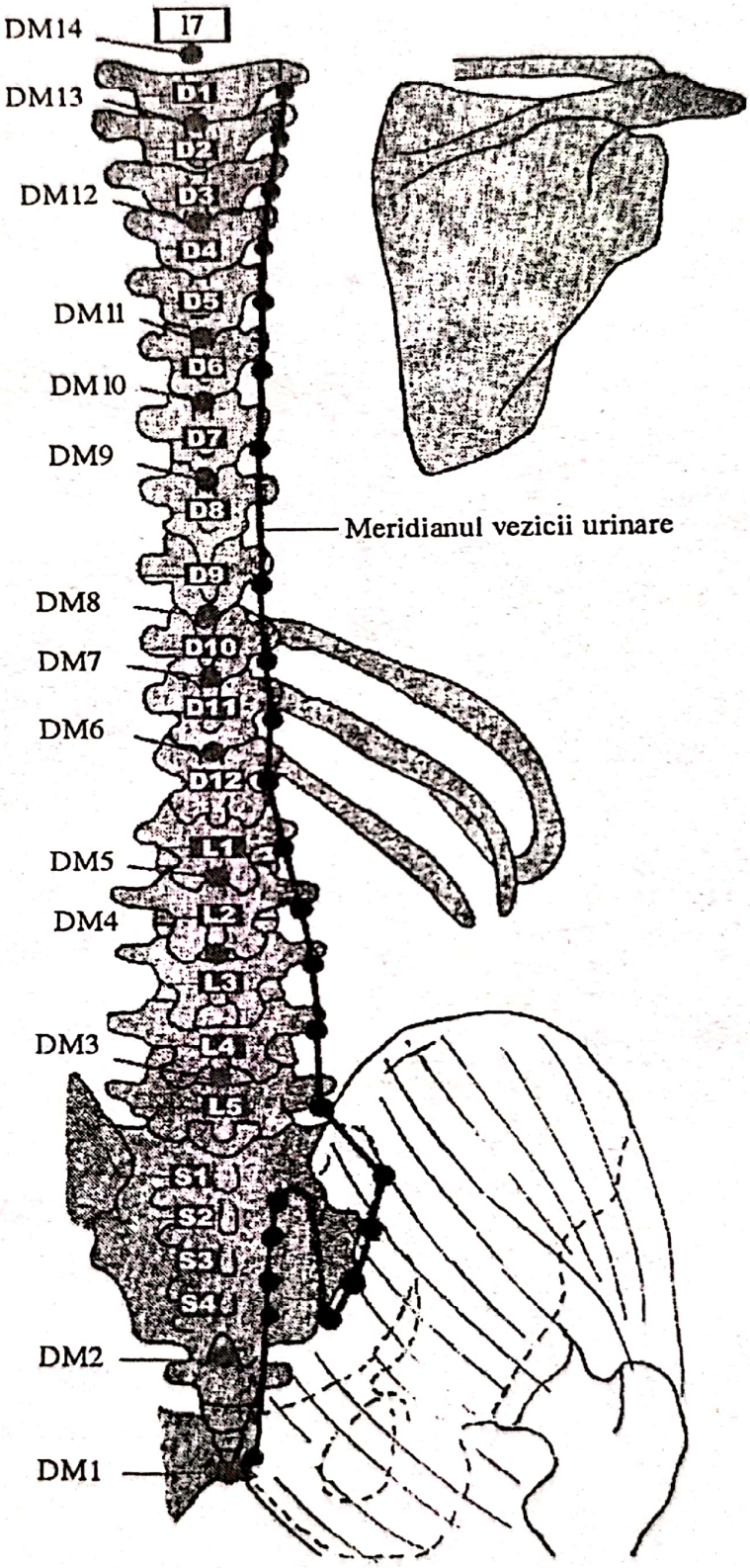


Figura 14e. *Meridianul Du Mai*

Scanned with OKEN Scanner

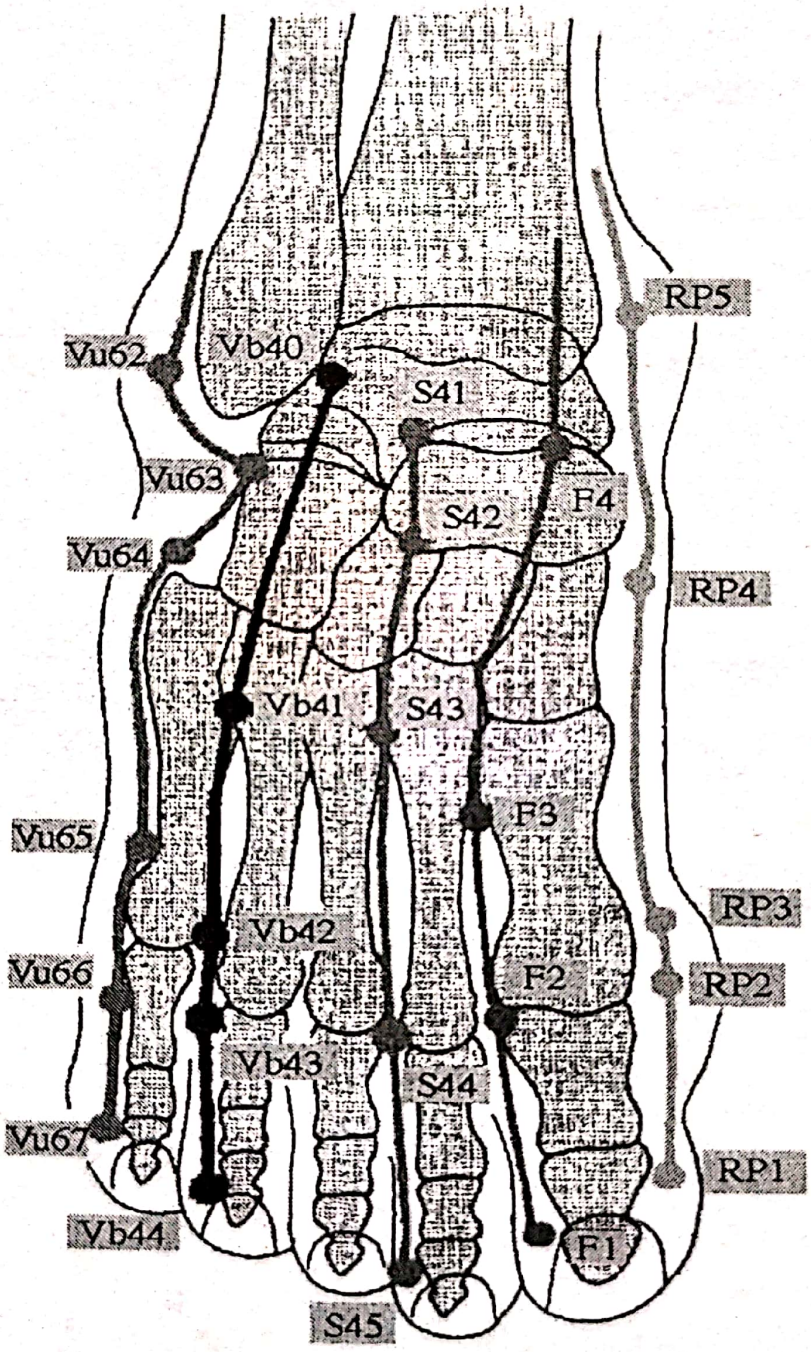


Figura 14f. *Punctele Piciorului*

Scanned with OKEN Scanner

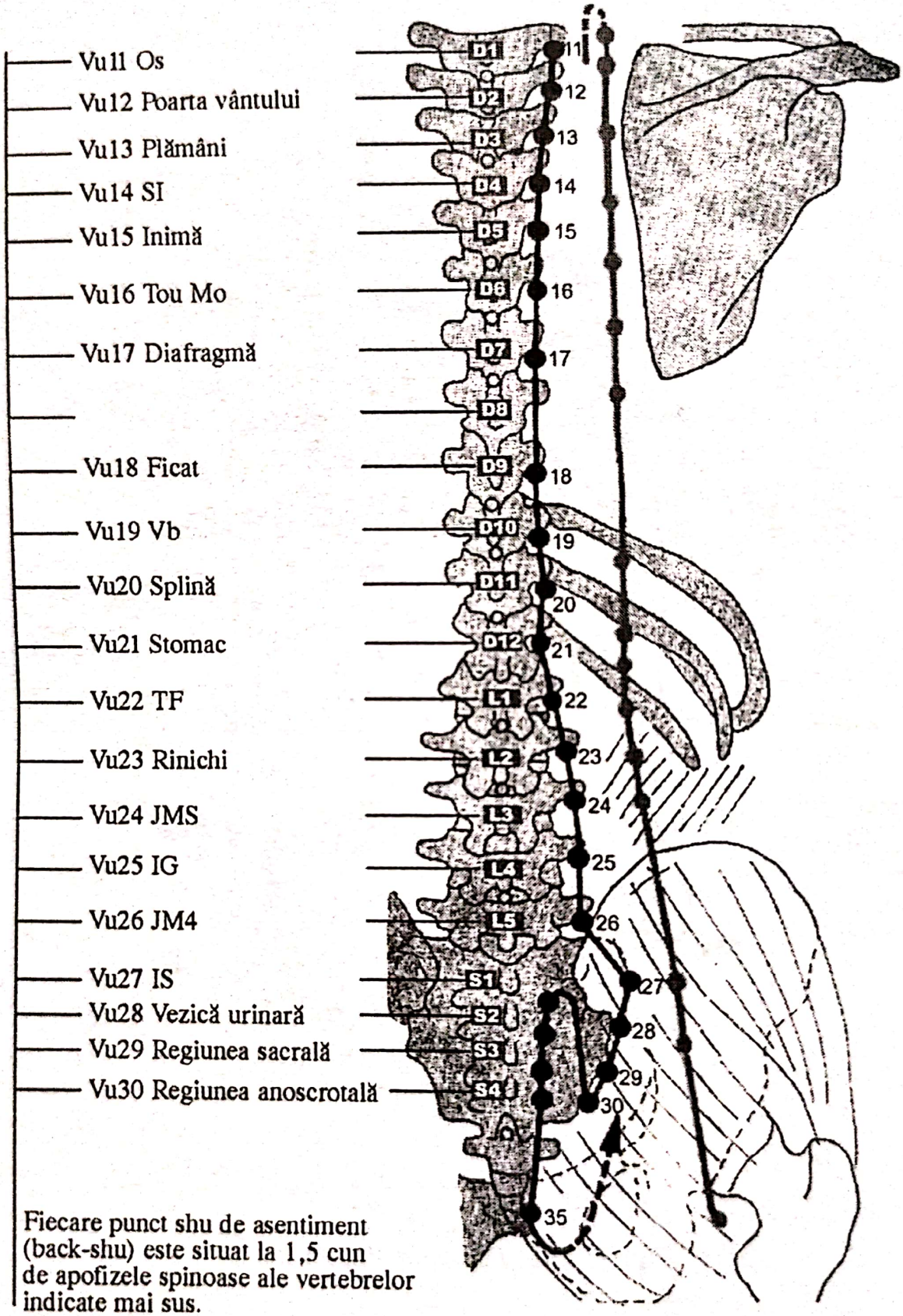


Figura 14g. *Punctele Shu de asentiment*

Scanned with OKEN Scanner

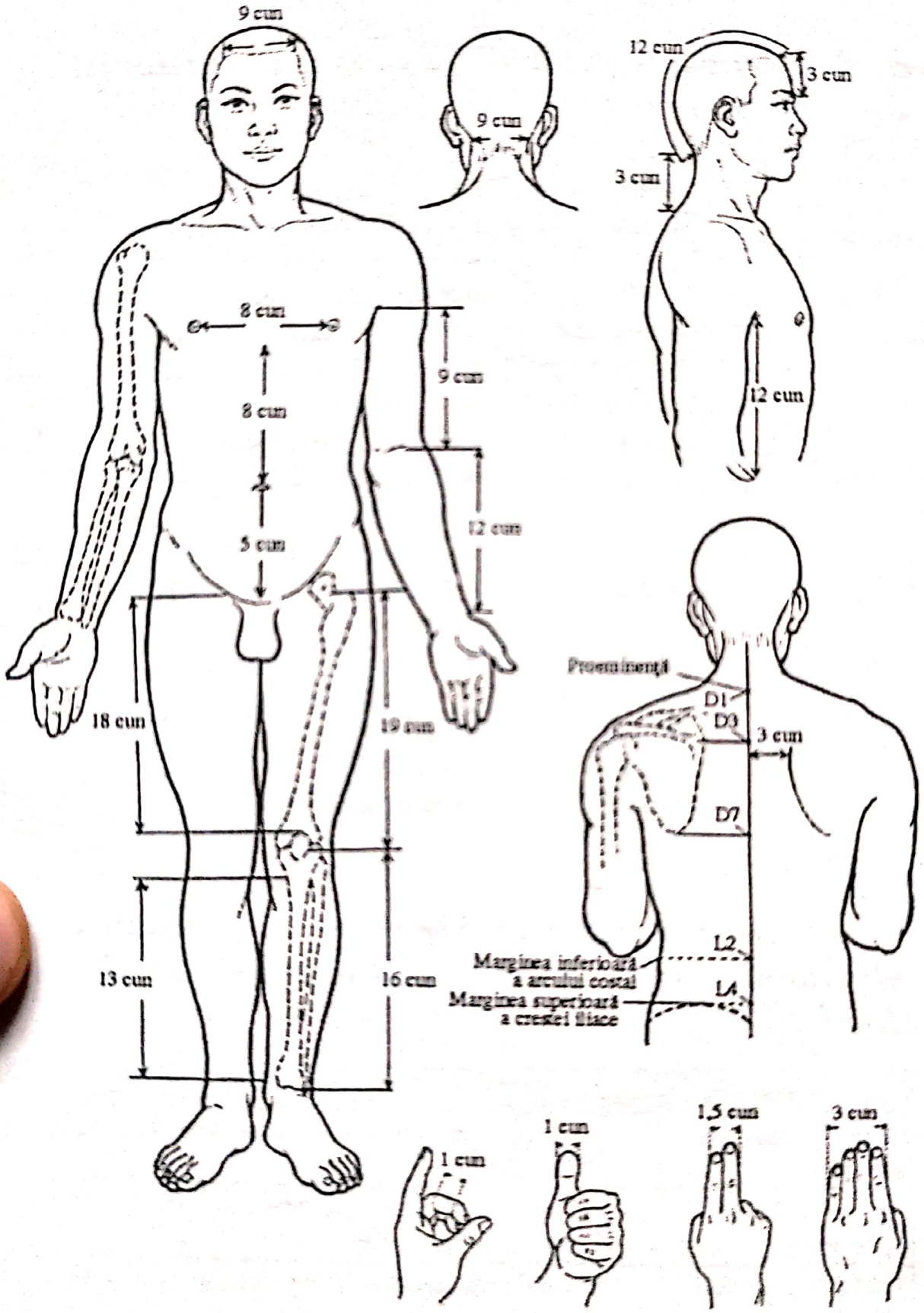


Figura 14h. *Măsuri proporționale exprimate în cun*

B. *Principalele gesturi de masaj tradițional chinez terapeutic*

Qing Fa	Atingere uşoară
An Lo	Rotire şi apăsare
Lo Fa	Rotire fără frecare
Tui Fa	Apăsare rectilinie
Mo Fa	Rotire cu frecare
Gua Fa	Frecare
Gun Fa	Răsucire
An Fa	Apăsare cu degetele
Ya Fa	Apăsare cu mâna
Na Lo	Frământare
Rou Fa	Frământare-răsucire
Pai Fa	Percuţie
Qiao Fa	Coicănire
Nie Ji	Ciupire
Na Fa	Ciupire-ridicare
Yao Na	Ciupire-vibraţie
Zheng	Vibraţie
Dong Fa	Mobilizare

C. *Acțiuni terapeutice ale celor 17 principii tehnice de bază ale masajului tradițional chinez*

Gesturi	Efecte
Qing Fa (atingere uşoară)	Drenaj, stimularea Yang-ului superficial şi a Wei Qi-ului
An Lo (rotire şi apăsare)	Dispersia stazelor, dispersia punctelor, înmuierea ţesuturilor
Lo Fa (rotire fără apăsare)	Tonifierea energiei Yang, tonifierea punctelor, încălzire
Tui Fa (apăsare)	Tonifiere şi drenaj al meridianelor

Scanned with OKEN Scanner

Mo Fa (rotire-frecare)	Încălzeşte, dispersează şi drenează stagnările patogene pe Biao
Gua Fa (frecare)	Încălzeşte, stimulează Yang Qi-ul şi Wei Qi-ul
Gun Fa (răsucire)	Activarea meridianelor, înmuierea ţesuturilor
An Fa (presiunea degetelor)	Dispersie uşoară, apel sangvin pe o zonă mică
Ya Fa (presiunea mâinilor)	Dispersie uşoară, apel sangvin, drenaj al ţesuturilor profunde
Na Lo (frământare)	Desprinderea aderenţelor, înmuierea ţesuturilor, dispersie uşoară
Rou Fa (frământare--răsucire)	Desprinderea aderenţelor, înmuierea ţesuturilor, dispersie uşoară
Pai Fa (percuţie)	Stimularea Yang Qi-ului, mobilizarea Wei Qi-ului, dispersie uşoară
Qiao Fa (ciocănire)	Înmuierea ţesuturilor, dispersie uşoară
Nie Ji (ciupire)	Stimularea Yang Qi-ului, mobilizarea Wei Qi-ului pe o zonă mică
Na Fa (ciupire-ridicare)	Desprinderea aderenţelor, eliberarea Biao-ului
Yao Na (ciupire-vibraţie)	Desprinderea aderenţelor, apel sangvin localizat
Zheng (vibraţie)	Armonizare, apel sangvin la suprafaţă şi în ţesuturile profunde
Dong Fa (mobilizare)	Restabilirea mobilităţilor

Scanned with OKEN Scanner

D. *Studiu specific al fiecărui gest*

Gesturile de Tuina

Qing Fa

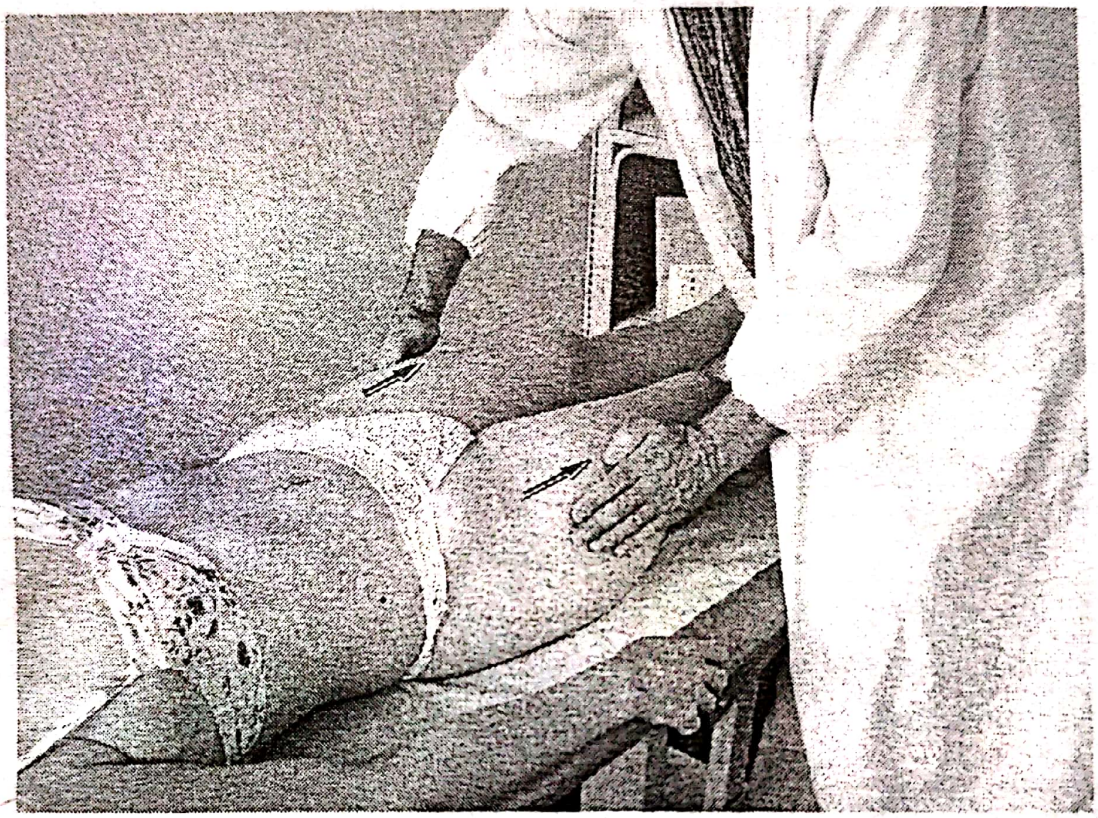


Foto 15. *Qing Fa*

Instrument folosit

- Perniţele degetelor.
- Partea plată a mâinii.
- Marginea cubitală, palma semideschisă.

Tehnică

Atingeri uşoare rectilinii sau rotative cu o presiune foarte mică (50 g).

Indicaţii

- Tulburări ale circulaţiei sângelui, energiei şi lichidelor organice la nivelul ramurilor superficiale ale meridianelor şi la nivelul ţesuturilor, în general.
- Căldură patogenă.

Scanned with OKEN Scanner

An Lo

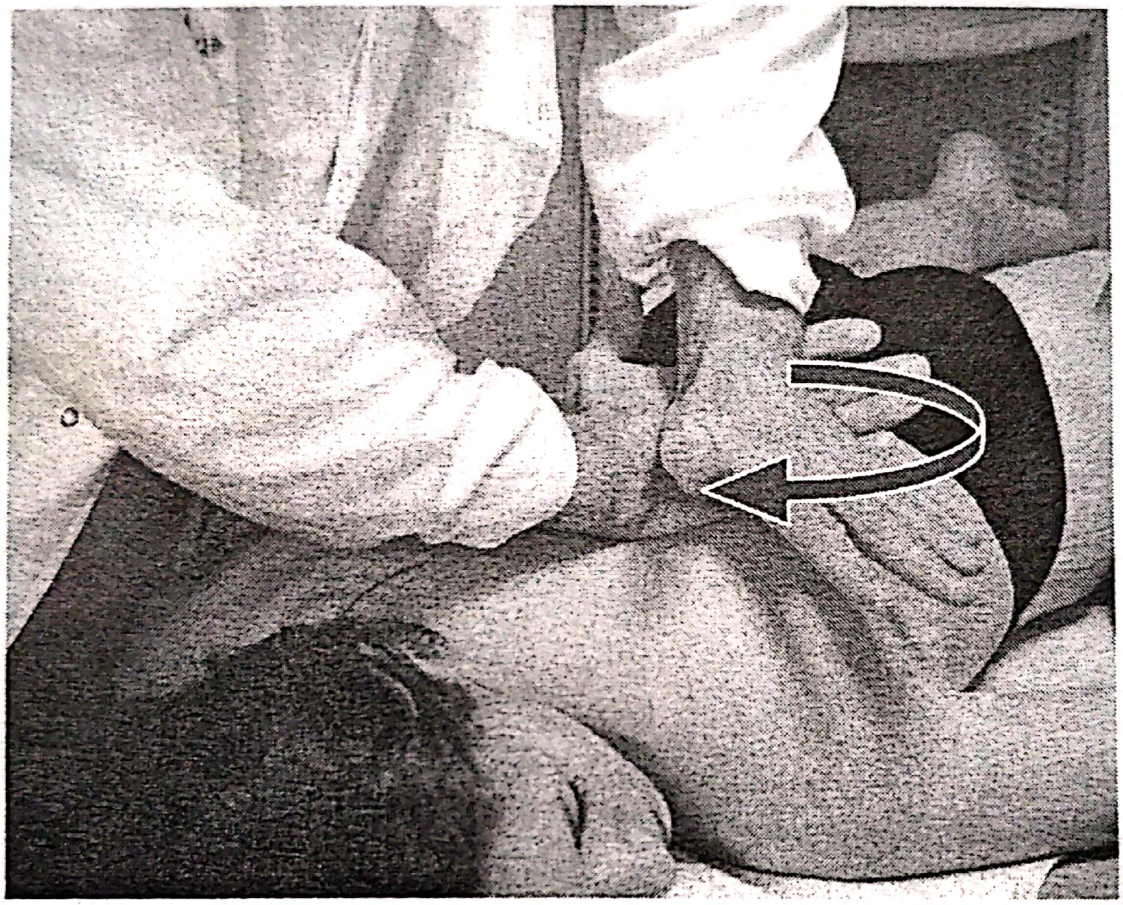


Foto 16. *An Lo*

Instrument folosit

- Perniţele degetelor.
- Eminenţă tenară.
- Eminenţa hipotenară.
- Cot.
- Partea plată a palmei.

Tehnică

- Rotaţii cu o presiune medie, până la mare, fără frecare, pe punctele de acupunctură sau pe ţesuturile superficiale. Gestul este efectuat fie cu o presiune constantă, fie cu o presiune alternativă (combinată cu Ya Fa), dacă se doreşte înmuierea ţesuturilor. Ritmul rotaţiilor este superior ritmului pulsaţiilor cardiace.
- Masajul poate fi realizat şi prin suprapunerea mâinilor

Scanned with OKEN Scanner

Indicații

- Obstrucționarea meridianelor.
- Staze.
- Hipertonie tisulară.
- Blocaj visceral.

Lo Fa

Instrument folosit

- Perniţele degetelor.
- Eminenţa tenară.
- Eminenţa hipotenară.
- Partea plată a palmei.

Tehnică

Rotaţii cu apăsare uşoară, fără frecare, pe punctele de acupunctură sau pe ţesuturile superficiale.

Indicații

- Orice indicaţie de tonifiere a unui punct de acupunctură.
- Răcire generală sau locală.

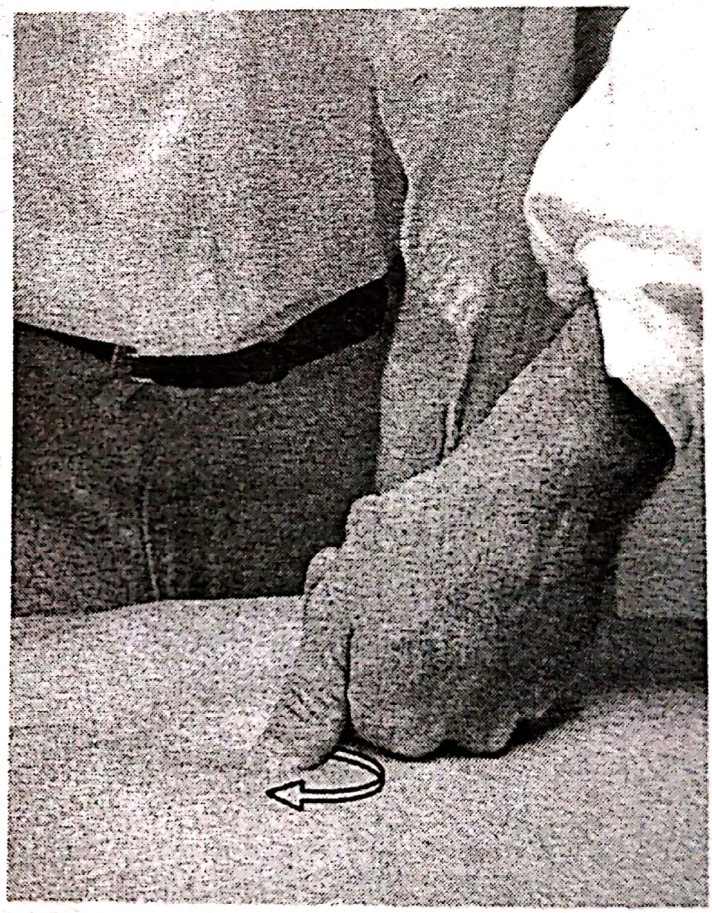


Foto 17. *Lo Fa*

Tui Fa

Instrument folosit

- Perniţele degetelor.
- Eminenţa tenară.
- Eminenţa hipotenară.
- Partea plată a palmei.
- Marginea cubitală a mâinii.

Scanned with OKEN Scanner

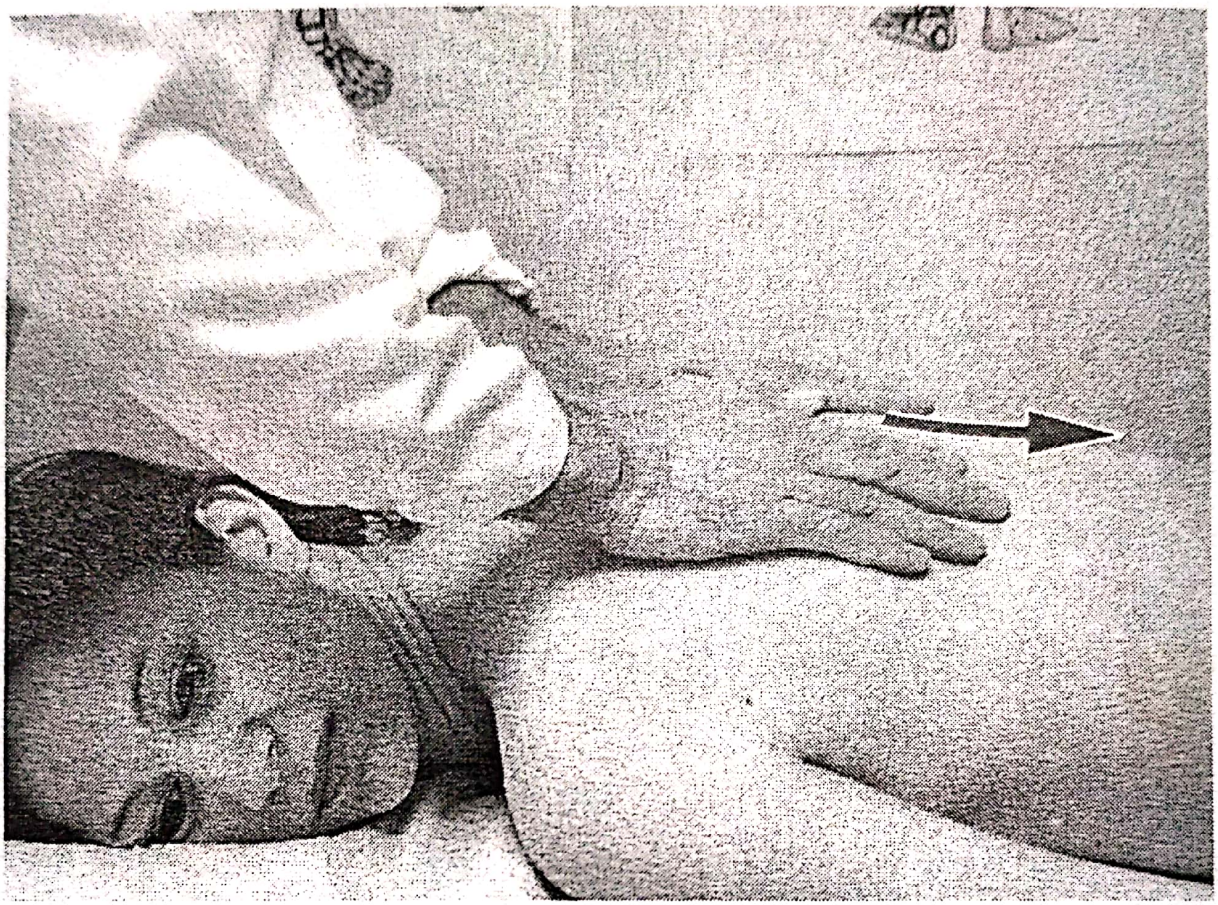


Foto 18. *Tui Fa*

Tehnică

- Apăsare : gest de apăsare, foarte lent şi pe o distanţă mică pentru drenarea stazelor.
- Drenajul lichidelor : gest foarte uşor, lent şi în sensul circulaţiei.
- Tonifiere : gest uşor, puţin mai rapid şi în sensul meridianului.

Indicaţii

- Obstrucţionarea meridianelor.
- Tulburări ale circulaţiei sângelui, energiei şi lichidelor organice.
- Blocaj visceral.
- Reglarea Qi-ului.
- Factorii patogeni la suprafaţă (Biao).
- Căldura patogenă.

Scanned with OKEN Scanner

Mo Fa

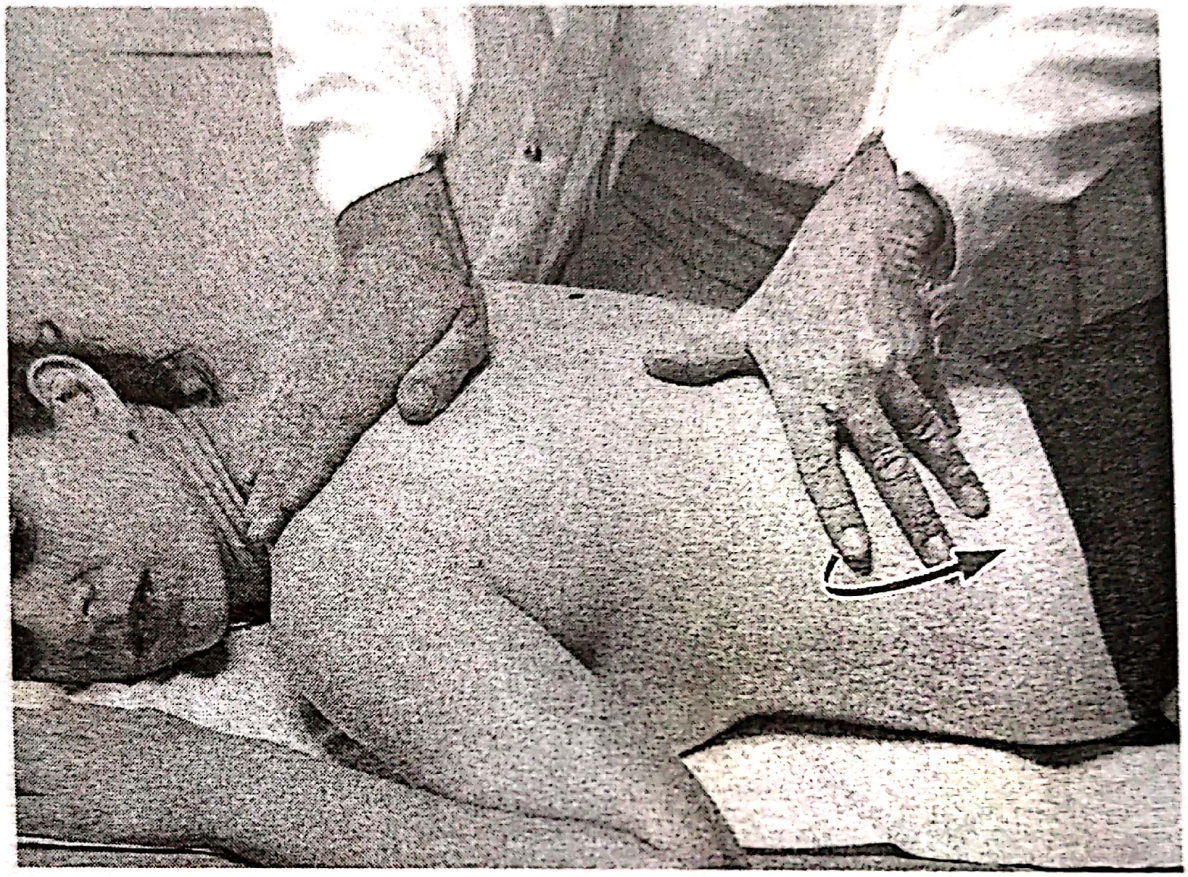


Foto 19. *Mo Fa*

Instrument folosit

- Perniţele degetelor.
- Eminenţa tenară.
- Eminenţa hipotenară.
- Partea plată a palmei.
- Marginea cubitală a mâinii.

Tehnică

- Rotaţii cu frecare.
- Tonifiere-încălzire : gest uşor.
- Dispersie-încălzire : gest apăsat şi în spirală deschisă.

Indicaţii

- Orice indicaţie de tonifiere a unui punct de acupunctură.
- Răcire generală sau locală.
- Factori patogeni la suprafaţă (Biao).
- Staze.

Scanned with OKEN Scanner

Ga Fa

Foto 20. *Ga Fa*

Instrument folosit

- Perniţele degetelor.
- Eminenţa tenară.
- Eminenţa hipotenară.
- Partea plată a palmei.
- Marginea cubitală a mâinii.

Tehnică

- Frecare, fricţiune : gesturi alternative de frecare.
- Dispersie-încălzire : gesturi rapide şi apăsate.
- Tonifiere-încălzire : gesturi lente şi uşoare.

Indicaţii

- Răcire generală şi locală.
- Staze.
- Indicaţii generale de tonifiere a meridianelor şi organelor.

Scanned with OKEN Scanner

Gun Fa

Foto 21. *Gun Fa*

Instrument folosit

Marginea cubitală şi dosul palmei.

Tehnică

- Răsuciri repetate cu marginea cubitală şi cu dosul palmei semi-deschisă.
- Tonifiere : gest foarte uşor, foarte lent, foarte puţin apăsat.
- Dispersie : gest mai apăsat şi mai rapid.
- Drenajul stazelor (după dispersie) : gest cu apăsare medie, foarte lent şi pe o distanţă mică.

Indicaţii

- Obstrucţionarea meridianelor.
- Tulburări ale circulaţiei sângelui, energiei şi lichidelor organice.

Scanned with OKEN Scanner

An Fa

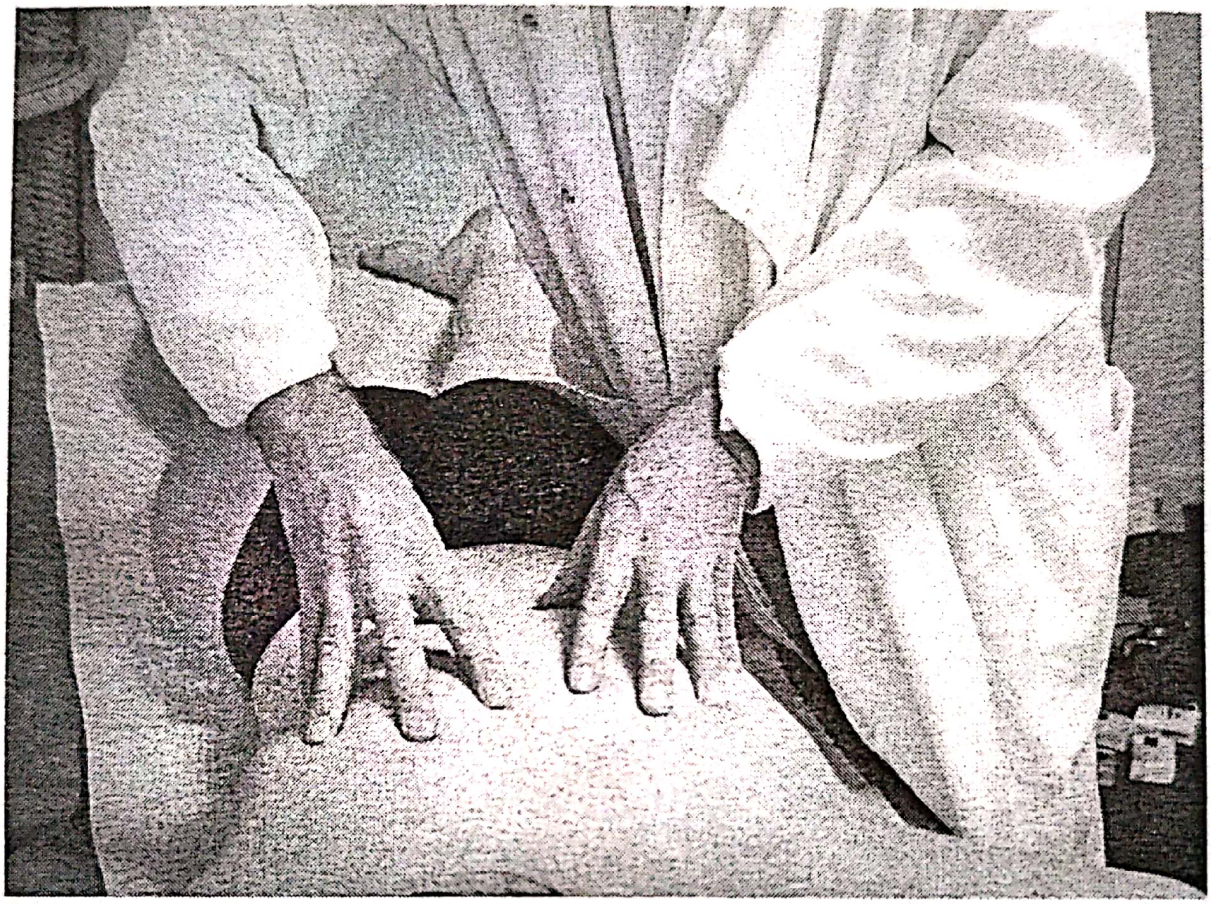


Foto 22. *An Fa*

Instrument folosit

Perniţele şi faţa internă a degetelor.

Tehnică

- Drenaj prin pomparea receptaculilor lichidului organic (ganglioni) : apăsare uşoară cu perniţele degetelor, apoi încetarea bruscă a apăsării.
- Acest gest permite şi ascultarea tactilă deoarece degetele sunt bine adaptate la percepţie (sensibilitate şi receptivitate multiplă).

Indicaţii

- Tulburări ale circulaţiei sângelui şi lichidelor organice.
- Secţionarea ganglionilor limfatici.

Scanned with OKEN Scanner

Ya Fa

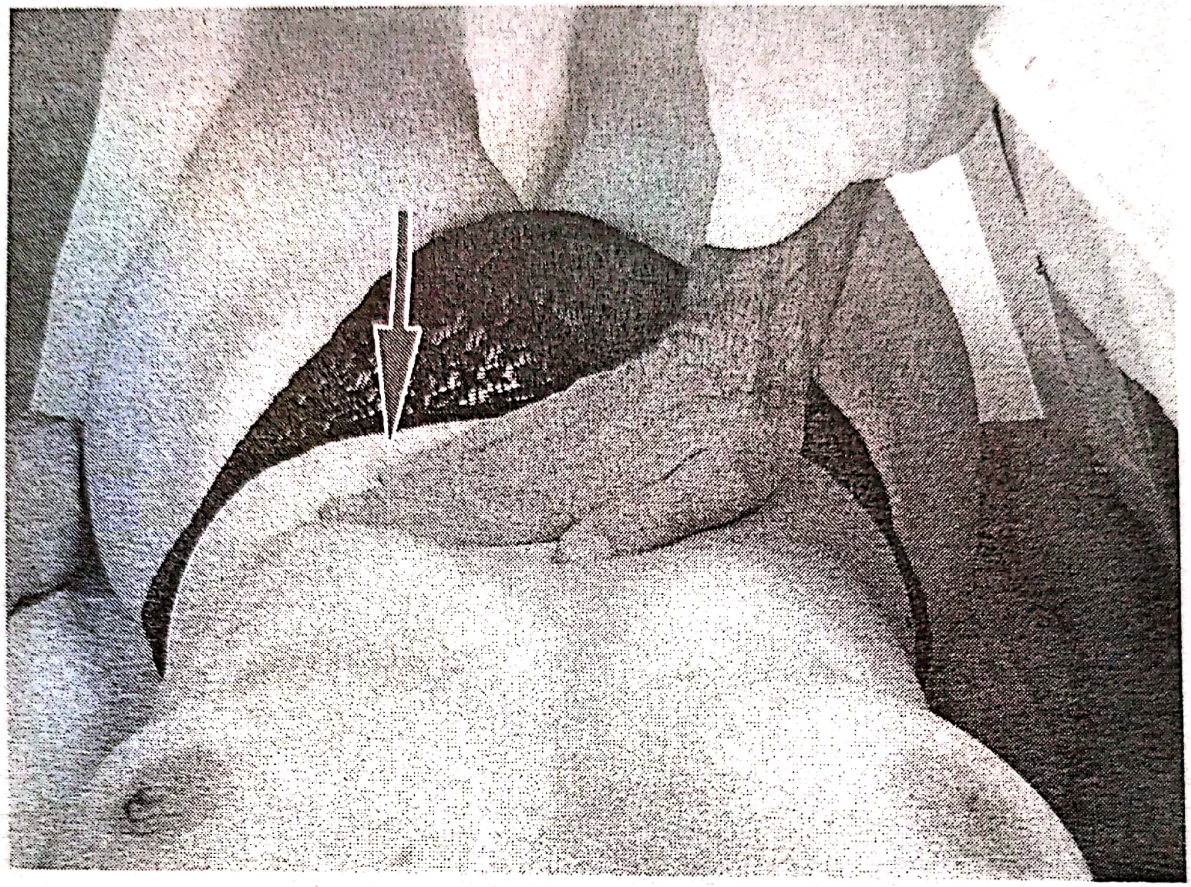


Foto 23. *Ya Fa*

Instrument folosit

Partea plată a mâinii.

Tehnică

- Drenaj prin pomparea circuitelor de circulaţie (vase sangvine, limfatice, muşchi) : apăsare lentă, menţinerea apăsării timp de câteva secunde, eventual reglată pe ritmul respirator, apoi oprirea lentă a apăsării.
- Ca şi An Fa, Ya Fa permite ascultarea tactilă şi palparea.

Indicaţii

- Tulburări ale circulaţiei sângelui şi lichidelor organice ;
- Secţionarea organelor cavitare.

Scanned with OKEN Scanner

Na Lo

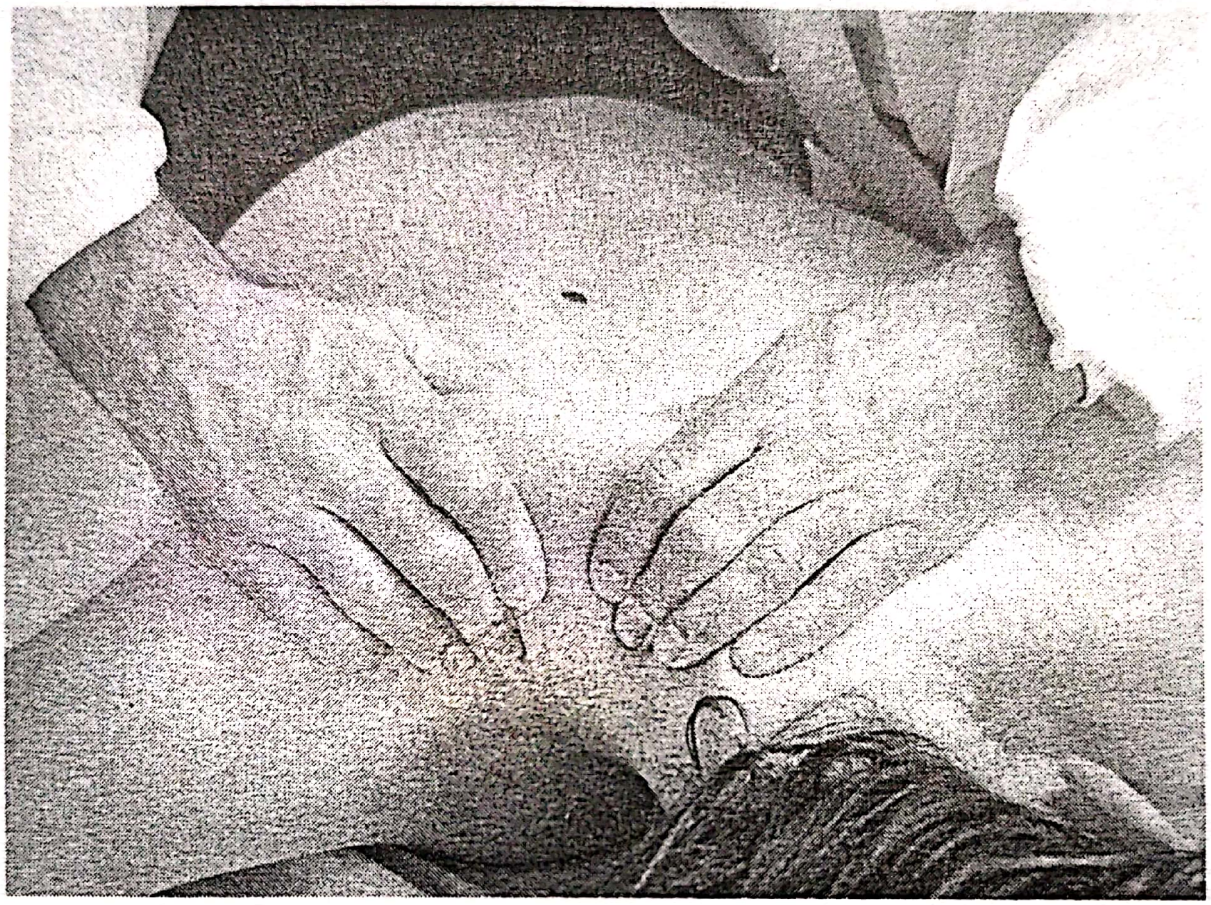


Foto 24. *Na Lo*

Instrument folosit

Mâna, ca agent de apucare.

Tehnică

- Desprindere : apucarea pielii, tracţiune în sus printr-o acţiune de petrisaj : gest uşor în ansamblu.
- Dispersie : aceeaşi tehnică, dar gestul trebuie să fie mai apăsat.
- Armonizare : frământare foarte uşoară.

Indicaţii

- Staze.
- Tulburări ale circulaţiei sângelui, energiei şi lichidelor organice.

Scanned with OKEN Scanner

Rou Fa

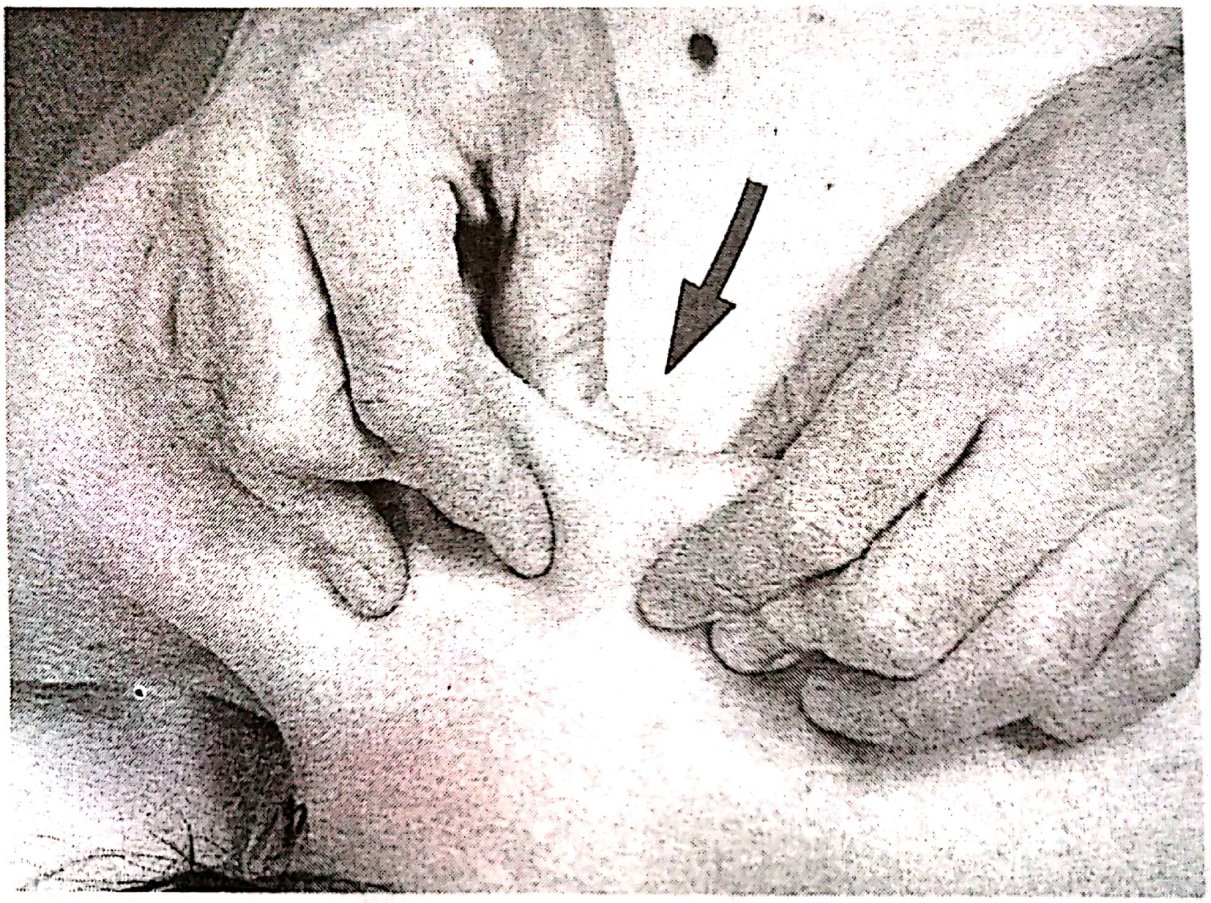


Foto 25. *Rou Fa*

Instrument folosit

Palma şi degetele.

Tehnică

- Desprindere: apucarea pielii, tracţiune în sus printr-o acţiune combinată de petrisaj şi derulare.
- Dispersie: aceeaşi tehnică, dar gestul trebuie să fie mai apăsat.

Indicaţii

- Staze.
- Aderenţele ţesuturilor.
- Tulburări ale circulaţiei energiei.

Scanned with OKEN Scanner

Pai Fa

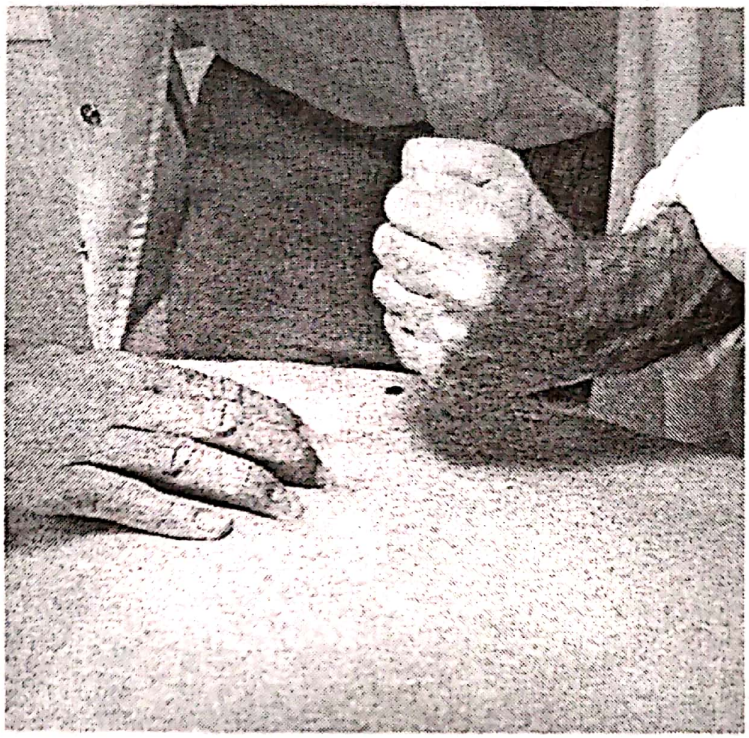


Foto 26. *Pai Fa*

Instrument folosit

- Articulaţia metacarpo-falangiană, cu mâna semideschisă.
- Marginea cubitală a mâinii închise (tamburinare).
- Perniţele degetelor.

Tehnică

- Percuţii efectuate pe ţesuturile moi.
- Gest uşor ; Pai Fa nu se aplică pe cap, nici pe piept.
- Apel-stimulare a Yang-ului : percuţia poate fi locală sau extinsă şi poate dura până la colorarea pielii. Acest gest poate preceda o tonifiere.

Indicaţii

- Vid de Yang.
- Plenitudinea Yin-ului.
- Tabele mixte conţinând cel puţin una dintre cele două indicaţii de mai sus.

Scanned with OKEN Scanner

Qiao Fa

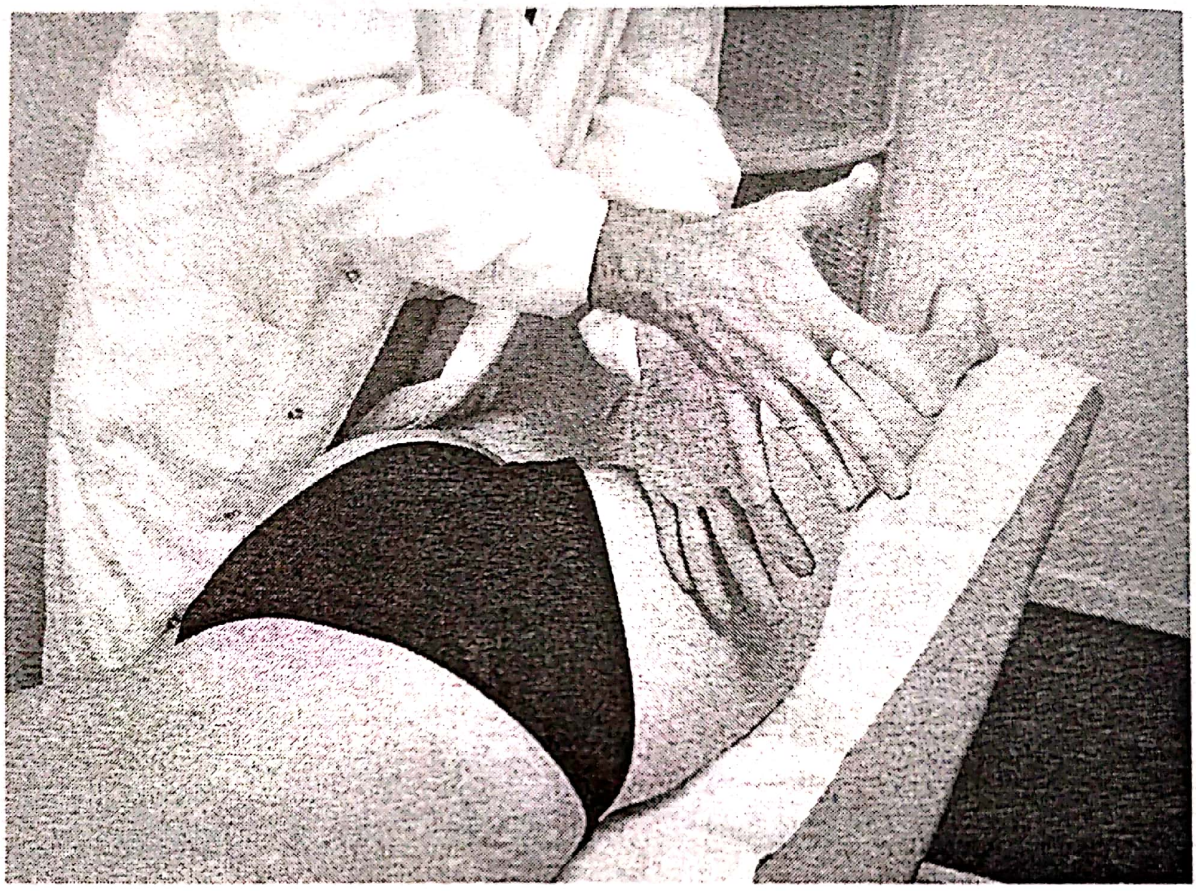


Foto 27. *Qiao Fa*

Instrument folosit

Marginea cubitală a degetului mic, cu mâinile întinse şi deschise.

Tehnică

Ciocănire : alternativ, cu cele două mâini, cu palma orientată spre faţă ; gest uşor, spre mediu.

Indicaţii

- Staze uşoare.
- Simdroamele Bi.
- Hipertonia ţesuturilor.
- Tulburări ale circulaţiei sângelui, energiei şi ale lichidelor organice.

Scanned with OKEN Scanner

Nie Ji

Foto 28. *Nie Ji*

Instrument folosit

Perniţele degetelor.

Tehnică

- Ciupire:
  - fie la un nivel foarte superficial, doar pe piele,
  - fie la un nivel ceva mai profund, incluzând pielea, derma şi ţesutul conjunctiv.
- Acest gest nu trebuie să fie dureros, ci progresiv.
- Apel de energie Yang: ciupire.
- Desprinderea aderenţelor: ciupirea şi tracţiunea ţesuturilor în sus (devine Na Fa).
- Tonifierea punctelor de acupunctură: gest uşor şi precis cu perniţele degetelor.
- Nie Ji se aplică şi puţin mai puternic pe punctele dureroase.

Scanned with OKEN Scanner

Indicaţii

- Vid de Yang.
- Plenitudine de Yin.
- Aderenţe.
- Orice indicaţie de tonifiere a unui punct de acupunctură.

Na Fa

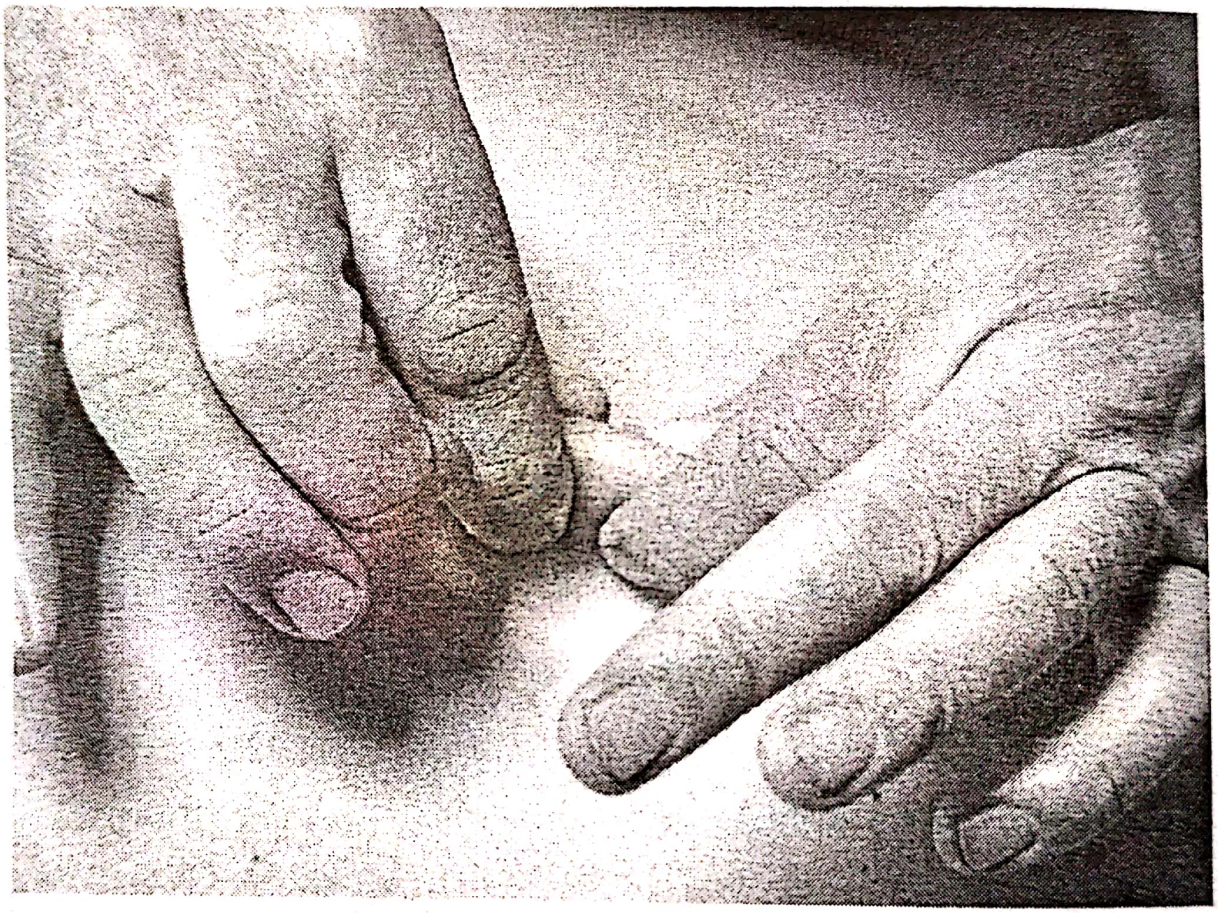


Foto 29. *Na Fa*

- Aceeaşi tehnică ca în cazul Nie Ji, având atenţie să ridicaţi ceva mai mult.
- Desprinderea aderenţelor : ciupire şi tracţiune în sus a ţesuturilor.

Indicaţii

Aceleaşi indicaţii şi, în plus : aderenţe.

Scanned with OKEN Scanner

Yao Na

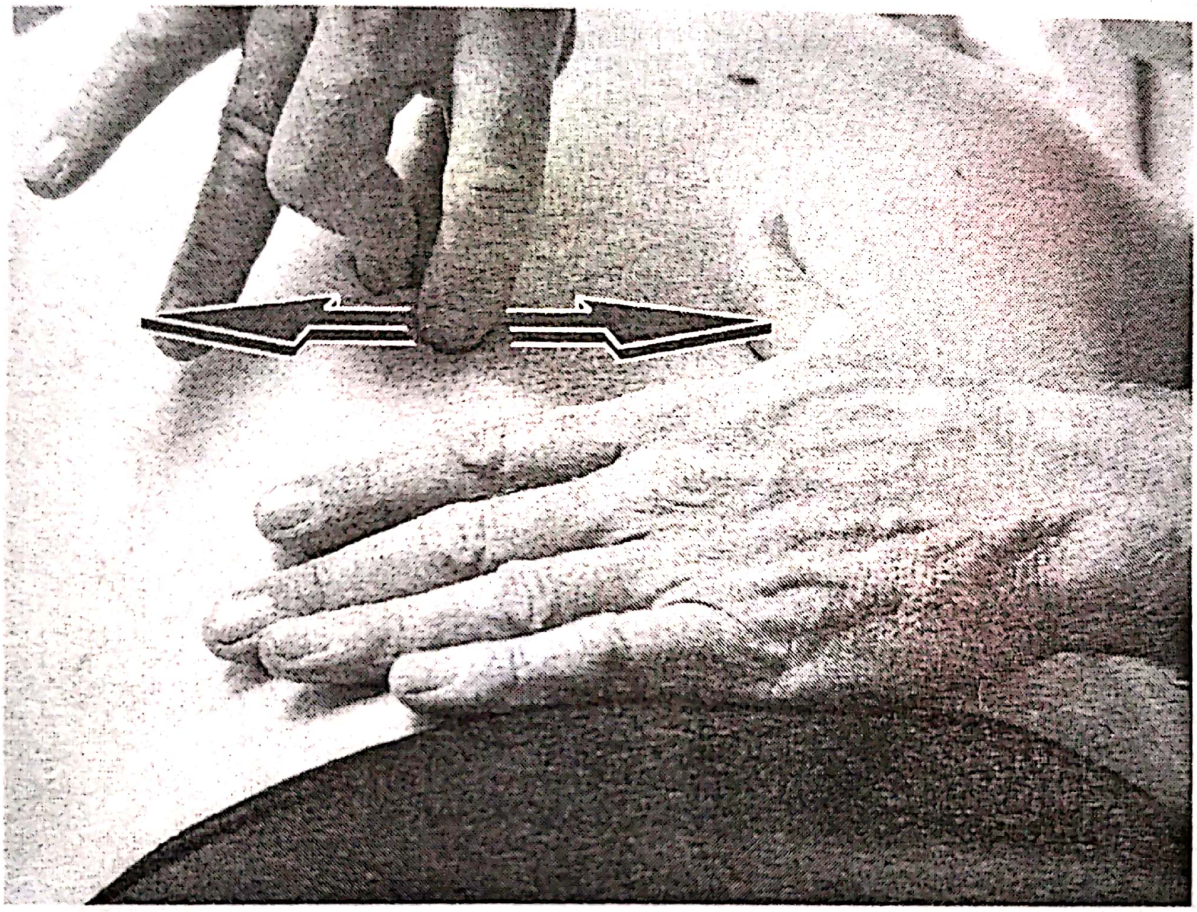


Foto 30. *Yao Na*

Instrument folosit

Perniţele degetelor.

Tehnică

Ciupire şi vibraţie : în ambele cazuri, cele două acţiuni sunt simultane, iar gestul este delicat.

Indicaţii

- Staze.
- Tulburări ale circulaţiei sângelui, energiei şi lichidelor organice.
- Aderenţe.

Scanned with OKEN Scanner

Zheng

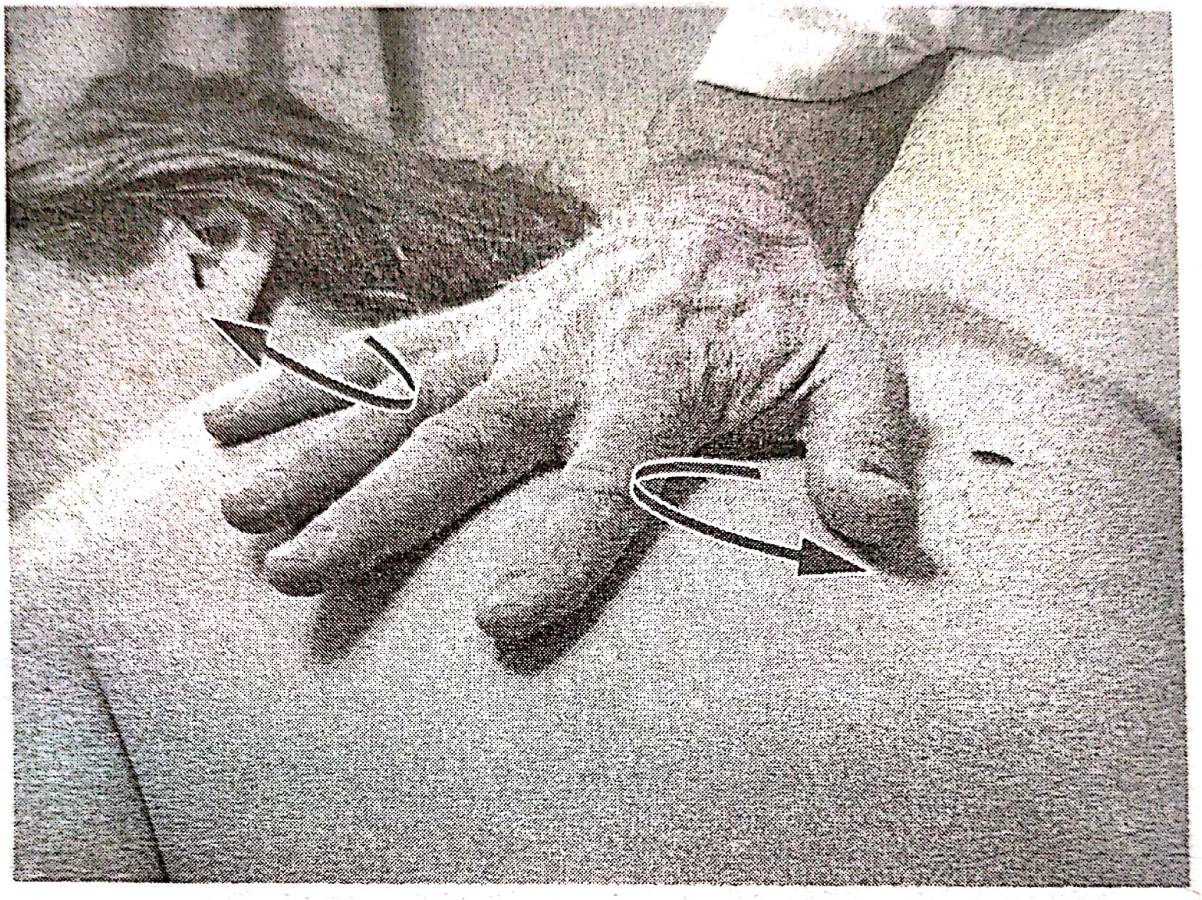


Foto 31. *Zheng*

Instrument folosit

Palma şi perniţele degetelor.

Tehnică

Armonizarea punctelor de acupunctură sau a unei zone: aplicarea palmei şi perniţei unui deget cu o apăsare uşoară şi vibraţie pentru câteva secunde. Drenaj: asocierea Zheng la Tuifa.

Indicaţii

- Tulburări ale circulaţiei sângelui, energiei şi ale lichidelor organice.
- Închiderea unui protocol de masaj.

Scanned with OKEN Scanner

Gesturile Dong Fa

Contraindicaţii : aceleaşi ca cele pentru Tuina, plus contraindicaţiile specifice manevrelor organelor :

- ocluzie intestinală ;
- cancere ;
- hernie hiatală ;
- infecţii şi micoze ;
- diverticuli, polipi ;
- hemoragii ;
- stenoze ;
- necroze ;
- apendicită.

Termenul *Dong Fa* înglobează toate tehnicile ale căror scop principal este reconstituirea fluidităţii de mişcare a unei articulaţii sau a unui organ.

Dong Fa nu este deci un singur gest, ci un subansamblu al masajului tradiţional chinez.

Obiectivul final al tehnicilor Dong Fa este normalizarea circulaţiei energiei şi lichidelor în meridianele care traversează articulaţiile şi organele.

Gesturile Dong Fa permit, de asemenea, reducerea tensiunilor, aderenţelor, retracţiilor, limitărilor, în afara cazurilor de luxaţie, acestea făcând obiectul manevrelor medicale specifice.

Principiul constă în a ajuta articulaţia sau organul să se mişte în perimetrul său fiziologic, pacientul fiind cu totul şi cu totul pasiv.

În nici un caz nu trebuie încălcat acest spaţiu de joc.

O tehnică Dong Fa trebuie să fie întotdeauna precedată de una sau mai multe tehnici Tuina, pentru a facilita circulaţia substanţelor în zona care trebuie mobilizată şi pentru a înmuia ţesuturile.

De asemenea, Tuina este practicată după Dong Fa pentru a favoriza recuperarea ţesuturilor.

Vom prezenta în cele ce urmează noţiunile de bază, aprofundarea fiecărei tehnici fiind obiectul unui curs specializat predat în şcoala noastră.

Se disting diferite tipuri de mişcări :

- manevre articulare ;
- manevre ale organelor.

Scanned with OKEN Scanner

1. Manevrele articulare

Manevrele articulare de Dong Fa au două scopuri :

- *testarea amplitudinii articulare*, adică evaluarea capacităţii mobile a articulaţiilor. Această operaţie, adăugată palpării, poate orienta diagnosticul spre leziuni ale ţesuturilor ori spre blocaje ;
- *normalizarea jocului articulaţiilor*, adică îndreptarea poziţionărilor incorecte ale diferitelor segmente, deblocarea articulaţiei, cedarea microaderenţelor.

Întinderea în ax

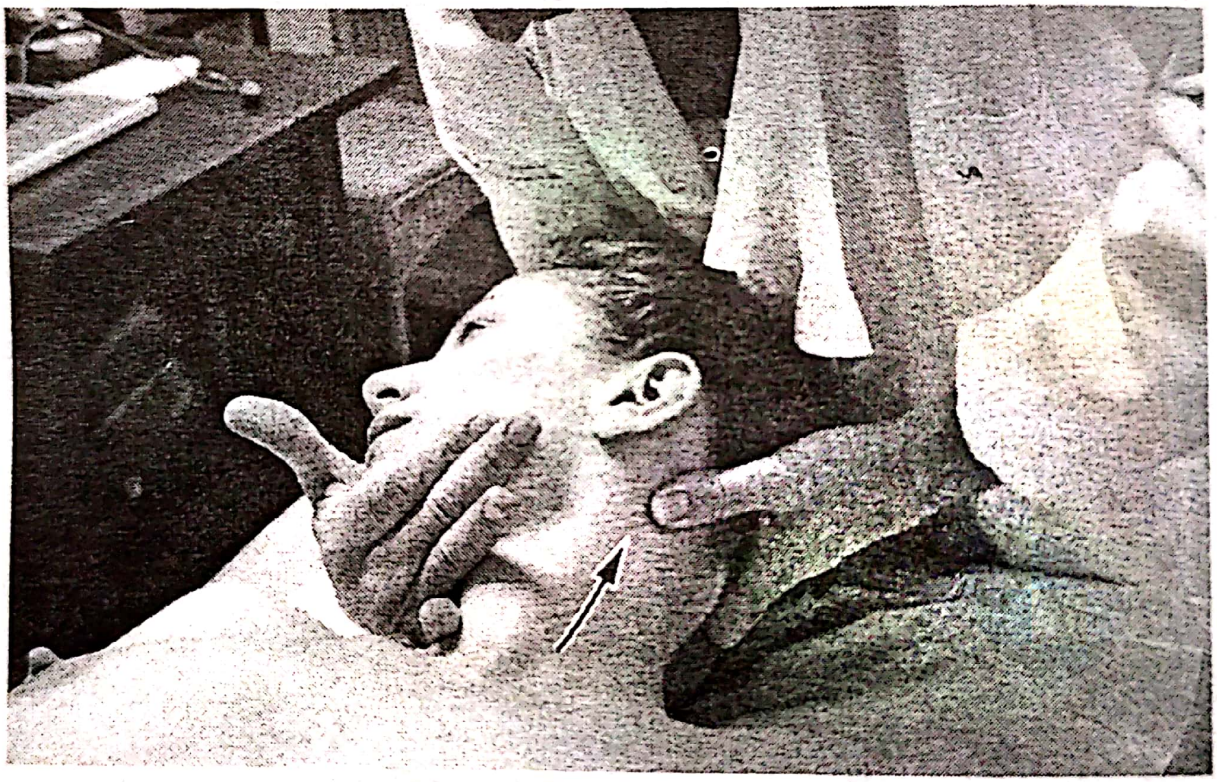


Foto 32. *Întinderea în ax*

Această întindere se realizează prin menţinerea segmentelor osoase în acelaşi ax, însemnând că oasele vor fi fixate în acelaşi aliniament pe timpul duratei tracţiunii şi că rachisul nu va fi nici în flexiune, nici în extensie, fie că este vorba despre planul frontal, fie despre cel sagital.

Această manevră este aplicată progresiv, cu multă precauţie şi este esenţial să nu se modifice axul, chiar şi cu câţiva milimetri. Apariţia oricărei dureri impune oprirea acestei tehnici.

Scanned with OKEN Scanner

Presiuni

Întinderea în ax	
Efecte	*Indicaţii*
Uşurează şi deblochează o presiune interarticulară	Tasarea sau strangularea articulară, compresia neurologică sau vasculară, blocaj (sindromul Bi)

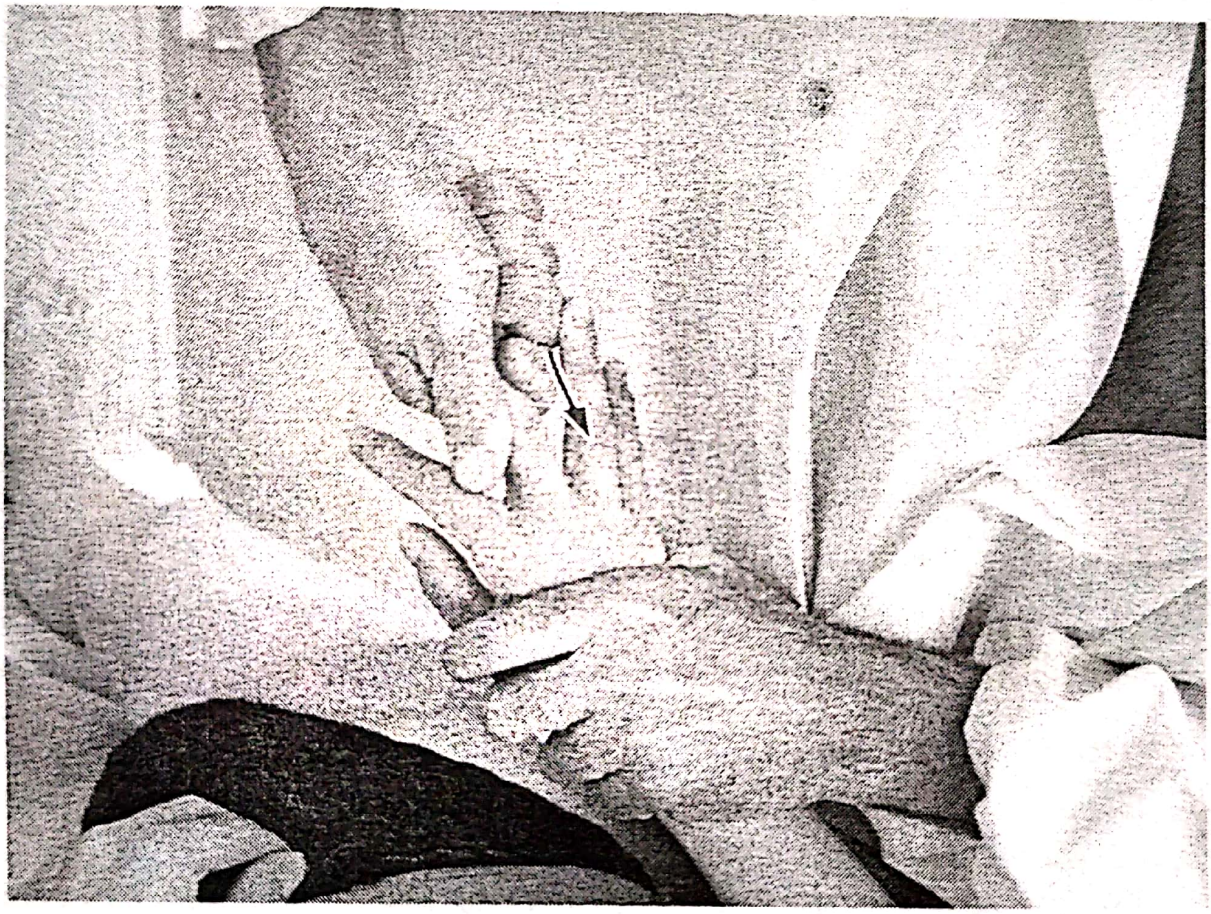


Foto 33. *Presiune*

Efectuate pentru a provoca o reacţie lichidiană, presiunile au loc pe părţile articulare moi sau pe întreg ansamblul articulaţiei.

Presiune	
Efecte	*Indicaţii*
Reduce o hipertonie, ameliorează un vid de energie, drenează lichidele Drenează lichidele şi stazele, eliberează energia Yang	Stagnarea lichidelor, vid de energie, sindromul de frig

Scanned with OKEN Scanner

Tracţiunile transversale

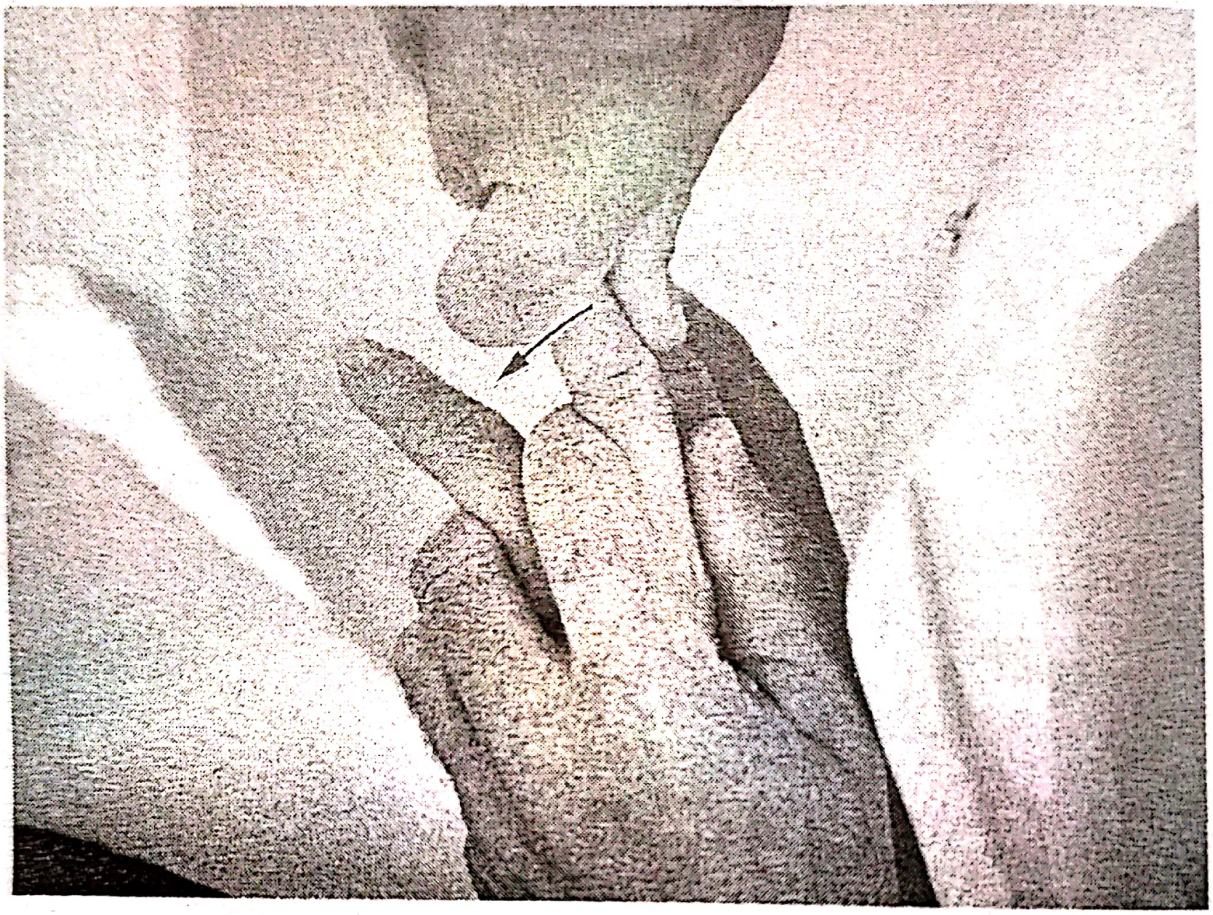


Foto 34. *Tracţiune transversală*

O tracţiune articulară înseamnă aplicarea unei tensiuni uşoare articulaţiei într-o altă direcţie decât cea a sensului fiziologic.

Putem, de asemenea, permite glisarea uşoară a unor segmente articulatorii pentru regăsirea unei poziţionări normale.

Tracţiune transversală	
Efecte	*Indicaţii*
Deblochează, reduce retracţiile şi aderenţele capsulare, eliberează Qi-ul meridianelor locale	Reducerile mobilităţilor rebele, retracţiile ligamentelor, aderenţe capsulare

Scanned with OKEN Scanner

Flexiuni şi extensii

O flexiune înseamnă o mişcare care apropie segmentele osoase ale unei articulaţii sau care aduce două vertebre la concavitatea fiziologică.

Să ne amintim că mişcarea, ca toate gesturile de Dong Fa, este provocată şi controlată de practician şi că destinderea musculară şi psihică a pacientului este esenţială.

O extensie este mişcarea care depărtează segmentele osoase ale unei articulaţii sau care aduce două vertebre la convexitate fiziologică.

Flexiunea şi extensia sunt două secvenţe ale mişcării articulare de bază, la fel cum Yin-ul şi Yang-ul formează un ansamblu de energie.

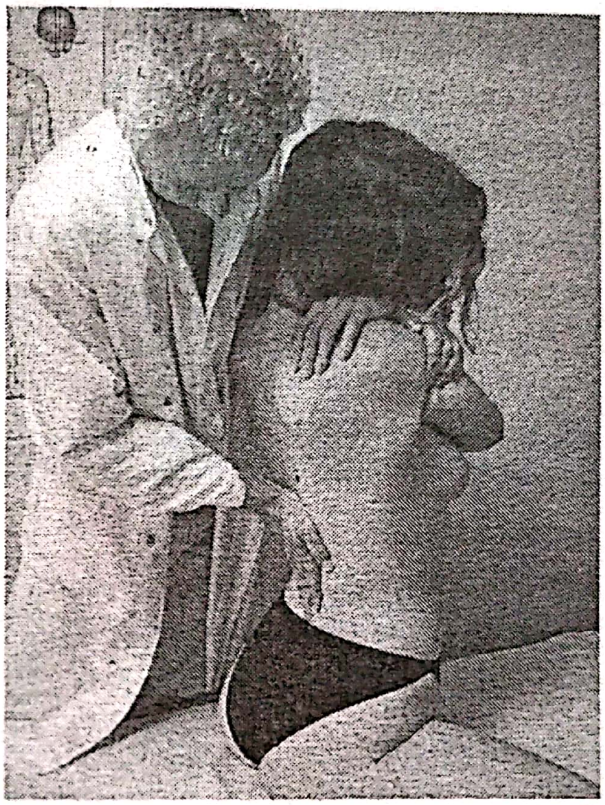


Foto 35. *Flexiune lombară*

Foto 36. *Flexiune dorsală*

Scanned with OKEN Scanner

După configuraţia anatomică, este bine ca articulaţia să fie pusă în flexiune sau în extensie; dacă restricţionarea mobilităţii are loc în flexiune, aceasta trebuie ameliorată nu prin forţarea blocajului, ci prin practicarea unor tehnici de întindere şi de rotaţie în aval şi amonte.

În momentul corecţiei articulare, flexiunea sau extensia nu sunt decât unele dintre componentele mişcării.

Foto 37. *Extensie lombară*

Foto 38. *Extensie dorsală*

Scanned with OKEN Scanner

Flexiune vertebrală	
Efecte	*Indicaţii*
Eliberează şi stimulează Yin Qi-ul în DM şi în Meridianul Vezicii urinare, solicită ţesuturile de susţinere, ligamentele intervertebrale, muşchii flexori, capsulele articulare, facilitează rotaţiile vertebrale	Dureri vertebrale cronice moderate, blocaje vertebrale, contracturi

Extensie vertebrală	
Efecte	*Indicaţii*
Eliberează şi stimulează Yin Qi-ul în DM şi în Meridianul Vezicii urinare, solicită ţesuturile de susţinere, ligamentele intervertebrale, muşchii extensori, capsulele articulare, facilitează rotaţiile vertebrale	Oboseală dorsală, blocaje vertebrale, stres, dispnee, tulburări digestiv-funcţionale, cefalee, neurastenie-psihastenie, depresie

Rotaţiile

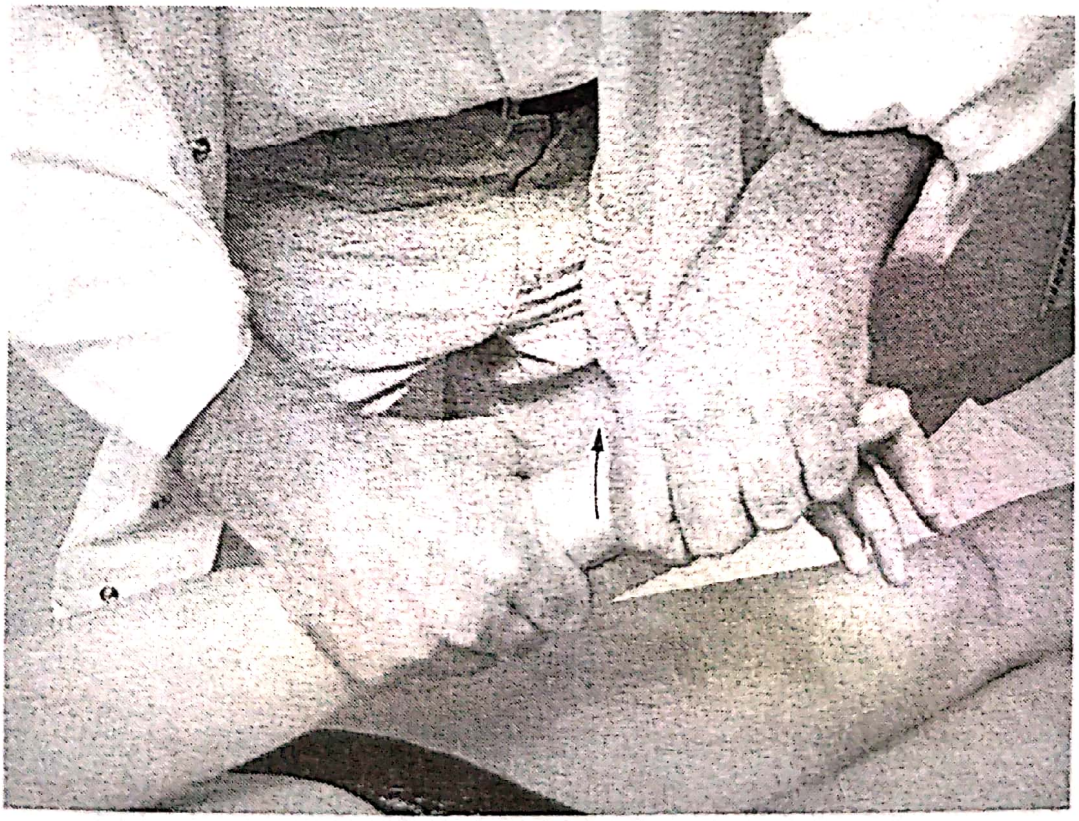


Foto 39. *Rotaţie articulară (încheietura mâinii)*

Scanned with OKEN Scanner

Rotaţia înseamnă mişcarea mai multor segmente osoase sau vertebrale deasupra unui ax care trece prin centrul lor.

Restricţionarea mobilităţii în rotaţie poate fi făcută spre exterior (rotaţie externă) sau spre interior (rotaţie internă) sau bilateral.

În momentul corecţiei articulare, rotaţia nu este decât una dintre componentele mişcării pe care o asociem, după caz, cu o întindere, o flexiune sau o extensie.

Rotaţie vertebrală	
Efecte	*Indicaţii*
Provoacă glisarea faţetelor articulare, rotaţia vertebrală solicită toate ţesuturile şi nervii rahidieni, solicită organele	Blocaje articulare şi vertebrale, contracturi musculare dorsale, tulburări ale organelor (inimă, plămâni, stomac, splină, intestine, ficat şi vezică biliară)

Torsiunile

Foto 40. *Torsiune articulară (încheietura mâinii)*

Torsiunea înseamnă rotaţia simultană a uneia sau a mai multor articulaţii în jurul unui ax determinat de alinierea lor, asociată cu rotaţia extremităţilor în sensul opus.

Scanned with OKEN Scanner

În timpul torsiunii simple, nu se asociază nici o mişcare de flexiune sau extensie.

Torsiunea poate fi unilaterală sau bilaterală.

Articulaţiile nu sunt supuse decât la tensiuni nedureroase în limite fiziologice absolute, cu pauze care ajung uneori la câteva minute.

Torsiune	
Efecte	*Indicaţii*
Ameliorează mobilitatea, regularizează circulaţia substanţelor, decongestionează şi destinde ţesuturile	Blocaje vertebrale, contracturi musculare, rigiditate vertebrală şi corporală, în general

Mişcările combinate

Este posibil şi uneori este chiar recomandat să asociem două sau trei manevre. Pentru aceasta, este necesar să respectăm fiziologia articulară, să aplicăm mişcările cu mare precauţie şi să nu provocăm în nici un caz durere.

Mişcarea vertebrală de flexiune + flexiunea laterală a părţii unde are loc blocajul + rotaţia în partea opusă ajută la corectarea blocajului vertebral în extensie cu rotaţia segmentelor vertebrale de partea flexiunii laterale.

Mişcarea vertebrală de extensie + flexiunea laterală în partea opusă blocajului + rotaţia pe aceeaşi parte ajută la corectarea blocajului vertebral în flexiune cu rotaţia segmentelor vertebrale de partea opusă flexiunii laterale.

Important: flexiunea vertebrală în plan sagital este identică pentru vertebrele lombare şi cervicale, şi inversată pentru vertebrele dorsale. Altfel spus, mişcarea de flexiune dorsală corespunde mişcării de extensie cervicală sau lombară, iar mişcarea de extensie dorsală corespunde mişcării de flexiune cervicală sau lombară.

Întinderea în ax, cu sau fără rotaţie, este aplicată prin mobilizarea segmentului osos al articulaţiei, după ce am fixat cu o mână un punct de prindere fixă.

Pomparea articulară (presiune + întindere) este efectuată fie direct pe articulaţie prin cuprinderea acesteia cu mâinile, fie indirect prin acţionarea segmentelor osoase în aval şi (sau) în amonte de articulaţie.

Scanned with OKEN Scanner

Flexiune vertebrală + flexiune laterală + rotaţie Extensie vertebrală + flexiune laterală + rotaţie	
Efecte	*Indicaţii*
Deblochează, reajustează segmentele articulare	Blocaje, tulburări funcţionale (respiratorii, cardiace, digestive, genitale, urinare), dureri vertebrale fără leziuni

Întindere în ax cu sau fără rotaţie	
Efecte	*Indicaţii*
Drenează lichidele şi stazele, eliberează energia Yang, deblochează	Compresii, tasări, blocaje, sindroame Bi, sindroame artrozice umede Bi Zheng

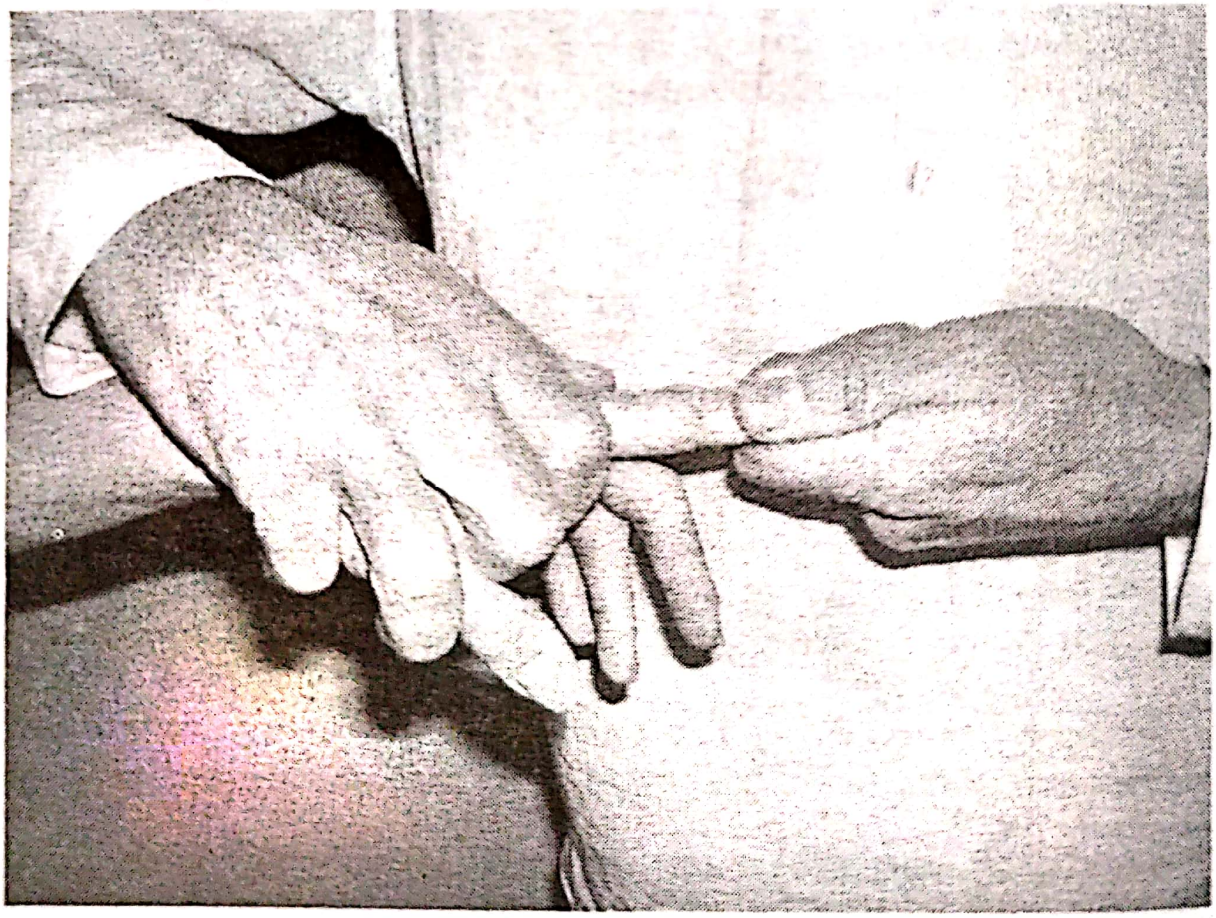


Foto 41. *Întindere în axul de rotaţie (la deget)*

Scanned with OKEN Scanner

Pompare articulară (presiune + întindere)	
Efecte	*Indicaţii*
Drenează lichidele şi stazele, eliberează energia Yang	Ocluzii, retenţii, stagnări ale substanţelor, staze, acumulări ale factorilor patogeni

2. *Manevre la organe*

Manevrele la organe au ca scop regăsirea mobilităţii (mişcare pasivă) şi motilităţii (mişcare activă) organelor, reabilitarea vascularizării acestora, corectarea poziţionărilor incorecte.

Dong Fa este aplicat pe următoarele organe :

- ficat şi vezică biliară ;
- intestinul subţire şi intestinul gros ;
- stomac şi splină ;
- vezică urinară ;
- uter.

Putem aplica gesturile de Dong Fa direct pe aceste organe sau acţionând direct pe anexe şi pe membranele lor.

Important : este esenţial să se corecteze orice blocaj vertebral al etajului care corespunde organului pe care vrem să-l tratăm prin Dong Fa.

Vibraţia

Aplicată cu partea plată a mâinii sau cu cantul, cu articulaţia metacarpo-falangiană sau cu perniţele unuia sau mai multor degete, vibraţia nu este însoţită de nici o frecare a pielii. O presiune uşoară acţionează pe ţesuturile superficiale în timp ce un gest mai apăsat acţionează pe ţesuturile mai profunde ; este indicat deci să adaptăm tehnica la localizarea organului care trebuie tratat.

Vibraţie	
Efecte	*Indicaţii*
Drenează substanţele, decongestionează, înmoaie ţesuturile, tratează durerea funcţională	Tulburări funcţionale ale organelor, staze, ocluzie, glere Tan structurate, hipertonicitate

Scanned with OKEN Scanner

Percuţie

Percuţia organelor este o metodă care permite în acelaşi timp stimularea şi întărirea diagnosticului prin informaţiile auditive pe care le aduce.

Percuţia unui organ se face cu acelaşi gest ca şi Tuina Pai Fa, cu dosul mâinii sau cu articulaţia celei de-a doua falange a degetului mijlociu.

Percuţie	
Efecte	*Indicaţii*
Provoacă o mişcare energică centrifugă în organ, adică evacuarea substanţelor Stimulează energia Yang a organului	Vid de Yang al unuia sau al mai multor organe, blocaj al Qi-ului

Presiune

Acest gest corespunde gesturilor de Tuina Ya Fa, pentru care utilizăm partea plată a mâinii, de An Fa, pentru care se apasă cu degetele şi gesturilor de apăsare.

Diferenţa vine din faptul că gestul poate mobiliza un organ şi deci poate acţiona asupra poziţiei sale.

Putem combina două tipuri de presiune : verticală simplă şi presiune prin apăsare.

Presiune	
Efecte	*Indicaţii*
Presiune verticală simplă : drenaj intern al organelor	Ocluzii ale viscerelor
Presiune cu apăsare (în sens fiziologic)	Ocluzii ale viscerelor, ptoze, spasme viscerale

Pompare

Această manevră, simplă sau curentă, se efectuează în doi timpi :

- exercitarea unei presiuni verticale simple, lente şi progresive ;
- întreruperea bruscă a presiunii.

Scanned with OKEN Scanner

Pompare	
Efecte	*Indicaţii*
Regularizează mişcările fluxului şi refluxului lichidelor	Sindroame Bi ale organelor, stagnări ale lichidelor şi glerelor Tan

Curbare (croşetare)

Unele organe, cum ar fi intestinele şi uterul posedă o mobilitate importantă care le expune la riscul unor poziţionări incorecte şi al unor aderenţe.

Normalizarea acestora ţine de o combinaţie judicioasă a gesturilor de presiune prin apăsare şi curbare, acestea permiţând într-o oarecare măsură „apucarea", fixarea organului în timp ce mâna cealaltă îl mobilizează.

Curbarea (croşetarea) se efectuează cu extremitatea unuia sau a mai multor degete.

Curbare (croşetare)	
Efecte	*Indicaţii*
Imobilizează organul pentru a permite o acţiune de răsturnare	Poziţionare greşită a organelor, aderenţe

E. *Alegerea gesturilor*

În practica Tuina, ca şi în Dong Fa, nu trebuie să ezităm să combinăm un număr cât de mare de gesturi care permit aceeaşi finalitate terapeutică, fiindcă oricare dintre aceste gesturi produce un efect diferit de altele şi completează acţiunea lor.

Nu este vorba despre executarea mai multor forme posibile, ci de varierea unui număr cât de mare de gesturi adaptate principiului de tratament ales în prealabil.

Pot fi de la trei la zece gesturi, însă varietatea tehnicilor şi arta de a le combina sunt, în mod incontestabil, elementele care condiţionează eficacitatea masajului.

Un masaj reuşit va fi întotdeauna operant, dar va fi, în acelaşi timp, şi plăcut.

Succesiunea unui număr mare de gesturi de masaj bine stăpânite, aplicate fără ezitare cu viteze şi ritmuri schimbătoare, este un veritabil spectacol artistic.

Scanned with OKEN Scanner

Fiindcă frumuseţea gestului exprimă nu numai cunoaşterea, ci şi o alegere adecvată.

Această alegere ţine cont de următorii factori :

- justeţea diagnosticului este un element determinant care nu permite nici un compromis. Un diagnostic aproximativ sau eronat are ca rezultat un program de tratament neadaptat sau chiar periculos. Cel care nu înţelege limbajul bolii poate practica bine un masaj de întreţinere fără scop terapeutic, însă cel care practică masajul tradiţional chinez se ocupă de dureri şi sănătate fiind absolut necesar să folosească instrumentele teoretice şi practice cele mai bune de care dispune medicina chineză ;
- indicaţiile proprii fiecărui gest ;
- precauţiile speciale, impuse de durere, urgenţă, pudoare ;
- efectele terapeutice scontate ;
- condiţiile de masaj (posibilitatea de a te mişca în jurul pacientului, localizarea zonelor ce trebuie tratate, gradul de invaliditate al pacientului, înălţimea mesei sau a patului).

F. *Masajul ţesuturilor*

Generalităţi

Atunci când acţionează, practicantul masajului tradiţional chinez trebuie să fie capabil să identifice zonele anatomice unde îşi aşează mâinile.

Aşadar, trebuie nu doar să cunoască anatomia, ci şi să poată recunoaşte ţesuturile, să aprecieze densitatea lor naturală, mobilitatea lor, să ştie să evalueze mişcările lichidelor, dar şi situaţiile anormale.

Toate acestea se învaţă, printr-o practică intensivă, plecând de la un suport teoretic serios.

Timpul dedicat studiului şi concentrarea asupra mânii permit acumularea unei inteligenţe speciale, deopotrivă intuitivă şi raţională.

Ţesuturile au caracteristici proprii, în funcţie de care putem măsura întinderea unei patologii.

Bineînţeles, nu toate dezechilibrele produc patologii de structură, dar sunt totuşi susceptibile să transforme materia, prin modificarea aporturilor energetice şi de lichide.

Scanned with OKEN Scanner

Materia umană vie, spre deosebire de materia aşa-zis inertă, prezintă o structură „aranjată", plecând de la un plan numit cod genetic, a cărui arhitectură este determinată de cartea noastră de identitate genetică, genomul.

Organizarea structurii şi cea a funcţiei par să depindă de acesta şi observăm, într-o anumită măsură, variaţii la nivelul caracteristicilor generale ale ţesutului uman şi la cel al sistemelor de schimb ale corpului (sangvine, respiratorii, nutritive etc.).

Aceste constatări, făcute de medicina chineză de mai multe secole, arată că situaţia energetică a organismului poate fi responsabilă de dereglările capabile să acţioneze chiar asupra naturii structurii materiei vii. Când au loc aceste fenomene, ele determină intrarea în patologie.

Medicina tradiţională chineză consideră că modificarea materiei trece prin modificările specifice energiei umane, Qi-ul.

Aşadar, atunci când Qi-ul este :

- insuficient produs de organele responsabile cu producerea sa şi (sau) sărac în elemente externe (hrană, aer, lumină, căldură, sunete etc.) ;
- incorect distribuit de către organele însărcinate cu repartizarea sa ;
- obstrucţionat în circulaţia sa din cauza stazelor de tot felul, a sindroamelor Bi (blocaje) sau a inversiunii sensului circulaţiei ;
- pur şi simplu agresat de factorii aşa-zis patogeni, de natură termică, chimică, microbiană, psihică etc.

Qi-ul se transformă în Qi patologic şi manifestă astfel patologiile ţesuturilor :

- Qi-ul patologic redus la nivel local provoacă tulburări ale ţesuturilor pe meridiane ;
- Qi-ul patologic extins în regiuni anatomice mai profunde provoacă tulburări ale ţesuturilor organelor ;
- Qi-ul patologic, generalizându-se, conduce la tulburări ale sângelui şi ale lichidelor organice.

Acestea sunt cele trei niveluri care sunt tratate de medicina chineză şi, în cazul de faţă, de medicina manuală tradiţională chineză, având în practică o acţiune externă, o acţiune profundă şi o acţiune indirectă.

De asemenea, se acţionează, pe de o parte, asupra ţesuturilor care sunt considerate a fi pe Biao, adică la suprafaţa corpului şi care constituie meridianele şi, pe de altă parte, se tratează ţesuturile care sunt considerate a fi pe Li, adică la nivel intern, şi care constituie organele.

Scanned with OKEN Scanner

Un masaj Tuina superficial creează efecte diferite pe ţesuturile Biao : se tonifică printr-un gest foarte puţin apăsat, lent, regulat şi lung sau se dispersează printr-un gest mai apăsat, rapid, neregulat şi mai scurt.

Un masaj Tuina profund produce aceleaşi efecte la aceleaşi gesturi.

Uneori poate părea dificil ca un debutant să facă diferenţa între un masaj superficial de dispersie şi un masaj profund de tonifiere. Distincţia între cele două se face mai bine pe măsură ce învaţă să-şi însuşească ritmul gesturilor şi presiunile.

Un alt element conex important în eficacitatea masajului este intenţia.

În mod normal, orice practician doreşte ca masajul său să fie o reuşită. Ori, chiar şi la competenţe egale, unii reuşesc mai bine ca alţii. Acest lucru se explică prin faptul că un număr de terapeuţi „îşi transferă intenţiile în propriile mâini", adică se concentrează suficient pentru ca intenţia lor de a atinge un ţesut sau altul, de a obţine un efect sau altul, să condiţioneze sensibilitatea şi dexteritatea lor în mod favorabil.

Să studiem acum masajul relativ la ţesuturile Biao, adică la cele care formează meridianele.

Masajul pielii

Primul ţesut întâlnit este pielea, care reprezintă o suprafaţă medie de 1,70 m^2 la adult.

Grosimea ei este foarte variabilă : subţire pe partea ventrală, pe faţa internă a membrelor şi pe faţă, mai groasă pe faţa dorsală, pe faţa externă a membrelor, la nivelul craniului şi al tălpii.

Pielea cuprinde mai multe starturi suprapuse :

- *stratul cornos al epidermei*, puternic încărcat în keratină, substanţă responsabilă de îmbătrânire şi de descuamarea pielii ;
- *stratul intern al epidermei*, numit stratul Malpighi, care asigură reînnoirea permanentă a celulelor pielii.
- *derma*, situată dedesubt, este de 4-5 ori mai groasă decât epiderma. Ea conţine glandele sudoripare, responsabile de excreţia sudorii, vasele pielii, glandele sebacee care elaborează sebumul, bulbul părului şi muşchii erectori ai părului şi terminaţiile nervoase ale pielii.

Scanned with OKEN Scanner

Masajul pielii	
Cauză	*Tehnică masaj*
Piele normală	
Echilibru satisfăcător între nevoile şi disponibilităţile substanţelor	Sunt practicate toate gesturile de masaj, cu scopul de a întreţine circulaţia substanţelor în meridiane
Piele subnutrită, subţire sau rece	
Vid de sânge	Apel de sânge prin Ya Fa Drenaj al sângelui prin Tui Fa
Piele uscată sau lipită	
Tulburări ale lichidului organic Dezlipire uşoară prin Na Lo	Frământare/rulare prin Rou Fa. Drenaj al lichidului organic Tui Fa
Piele inflamată sau fierbinte	
Vid de Yin Sindromul de căldură-plenitudine	Drenaj al lichidului organic prin An Fa sau Ya Fa cu pompare Dispersia punctelor adecvate prin An Lo moderat
Piele atonă sau moale	
Vid de Yang	Apel de energie Yang prin Pai Fa sau Nie Ji Tonifierea meridianelor prin An Lo pe punctele adecvate şi prin Gun Fa uşor sau Tui Fa
Piele întărită sau congestionată	
Stagnare sau staze	Stimularea meridianelor prin Gun Fa. Dispersia stazelor prin An Lo, Na Lo, Qiao Fa

Acestea din urmă sunt dotate cu receptori sensibili care conduc senzaţiile din mediul exterior: termoreceptori, mecanoreceptori, nociceptori.

Acest „echipament" complet conferă pielii un rol major în menţinerea sănătăţii şi în viaţa socială.

Astfel, constatăm cu uşurinţă faptul că starea pielii este înainte de toate expresia mecanismelor interne ale organismului nostru.

Masajul pielii, prezentat aici, va fi deci întotdeauna asociat cu un tratament de fond al cărui scop este reabilitarea meridianelor cu concursul organelor şi substanţelor.

Scanned with OKEN Scanner

Masajul mușchilor

Sub piele întâlnim diferite alte ţesuturi la adâncimi variabile după zone : grăsime, ţesut conjunctiv, vase, muşchi.

Se disting două tipuri de muşchi :

- *muşchii striaţi*, care posedă o contractilitate rapidă şi sunt controlaţi de voinţă (este vorba despre aproximativ 637 muşchi !) ;
- *muşchii netezi*, care posedă o contractilitate lentă şi care sunt controlaţi de sistemul neurovegetativ (ţesuturi prezente în viscere, vase, căile respiratorii, urinare etc.).

Masajul muscular se adresează mai ales muşchilor striaţi, care acoperă cvasitotalitatea scheletului şi a cavităţii abdominale.

Ei asigură punerea în mişcare a corpului.

Pentru a se contracta, celula musculară (numită şi fibră musculară) se scurtează sub efectul excitaţiilor transmise de sistemul nervos, dar şi în timpul diverselor stimulări (mecanice, termice, electrice etc.).

Într-o situaţie normală, în care mişcarea nu cere un efort special, muşchiul se contractă şi îşi reia forma şi starea sa iniţială în câteva secunde.

Dacă facem un efort susţinut, muşchiul are capacitatea de a-şi prelungi contracţia fără probleme (de la câteva minute la câteva zeci de minute), cu condiţia ca el să primească suficient oxigen (energie a aerului prezentă în sânge) şi glucoză (energie nutritivă Gu Qi prezentă în sânge).

Însă diferite elemente pot perturba activitatea muşchilor : proasta evacuare a substanţelor reziduale, aporturi insuficiente, efort exagerat, stres, răcire, traumatisme etc., atunci se formează staze ale energiei, staze ale sângelui sau staze ale glerelor Tan, care provoacă dureri şi reducerea mobilităţii.

În majoritatea cazurilor, aceste staze se vor elimina singure în câteva ore sau zile. Însă uneori organismul nu poate degaja aceste substanţe stagnante ; atunci apare o problemă cronică sau o agravare.

Masajul tradiţional chinez al muşchilor are atât o utilitate terapeutică, cât şi una profilactică, în sensul că ajută în mod real corpul să-şi optimizeze aporturile şi să respingă reziduurile de orice fel.

De asemenea, nu trebuie să aşteptăm apariţia unei situaţii critice pentru a utiliza acest masaj atât de binefăcător.

Scanned with OKEN Scanner

Masajul muşchilor	
Cauză	*Tehnică de masaj*
Dureri musculare fixe şi contracturi	
Staze	Stimularea meridianelor prin Gun Fa. Dispersia stazelor prin An Lo, Na Lo, Qiao Fa
Dureri musculare surde şi difuze	
Stagnare şi vid de Yin	Desprindere prin Na Lo Drenaj prin Tui Fa
Muşchi slăbiţi	
Vid de energie sau vid de Yang	Stimularea meridianelor prin Gun Fa Apel de Yang prin Pai Fa Încălzire prin Mo Fa şi Gua Fa

Masajul ţesutului conjunctiv

Ţesutul conjunctiv este o materie care foloseşte la umplerea spaţiilor libere dintre organe şi la calarea acestora.

Este constituit din celule conjunctive, celule mobile histocite, colagen şi din diverse fibre care îi asigură atât supleţea, cât şi întreţinerea.

Acest ţesut are particularitatea de a fi transformabil, adică structura sa poate varia, pe de o parte, în funcţie de prezenţa căldurii excesive sau de vidul de Yin şi, pe de altă parte, în funcţie de elementele perturbatoare pe care le poate prinde în capcană (supraîncărcare cu grăsimi, staze, reziduuri).

Masajul ţesutului conjunctiv	
Cauză	*Tehnică de masaj*
Ţesut conjunctiv slab şi moale	
Vid de energie Yang şi un număr insuficient de fibre colagene	Stimularea meridianelor prin Gun Fa. Apelul Yang-ului prin Pai Fa Încălzirea prin Mo Fa şi Gua Fa
Ţesut conjunctiv tare şi strâns	
Vid de energie Yin, prezenţa factorilor patogeni şi exces de fibre colagene	Apelul Yin-ului prin Ya Fa Dispersia factorilor patogeni prin Rou Fa Degajarea meridianelor prin Gun Fa

Scanned with OKEN Scanner

Pe de altă parte, natura ţesutului conjunctiv variază în mod natural de la un subiect la altul. Când este slab, moale şi aton – dacă energia Yang şi fibrele nu sunt suficiente –, când este tare şi strâns – dacă energia Yin lipseşte sau dacă fibrele sunt numeroase.

Masajul nostru va permite evitarea unor procese de relaxare sau de întărire excesive şi, în acelaşi timp, va lupta împotriva instalării celulelor grase.

Masajul ganglionilor limfatici

Limfa este un lichid organic interstiţial care înconjură celulele, având funcţia de a le aduce elementele nutritive necesare supravieţuirii şi apărării, dar şi de a transporta reziduurile acestora.

Circulaţia limfatică este un sistem circulator aflat în legătură cu sistemul circulator sangvin. Ea împrumută căile independente, incluzând vasele groase (trunchiurile limfatice), vasele mai mici şi mai numeroase (canale limfatice) şi o reţea importantă de vase foarte mici (capilarele limfatice).

De asemenea, în locurile unde se ataşează canalele se găsesc grupări ganglionare care servesc drept colectori limfatici.

Într-o situaţie normală, acest lichid organic celular circulă de o manieră lentă şi fluidă, fără întrerupere.

Un declin al Yang-ului renal sau sindroamele de blocaj pot încetini sau chiar stopa această circulaţie, ceea ce provoacă obturarea ganglionilor limfatici, cu un număr impresionant de consecinţe supărătoare : intoxicaţie celulară, stare inflamatorie extinsă, infecţii etc.

Aşadar, se vor practica gesturi de pompare asupra grupărilor ganglionare, atunci când acestea nu sunt dureroase.

Ganglioni limfatici obturaţi nedureroşi	
Cauză	*Tehnică de masaj*
Vid de Yang renal, sindroame Bi	Pompaj în sens negativ prin An Fa

Masajul segmentelor articulare

O articulaţie este ansamblul de elemente a cărui funcţie comună este să permită mişcarea celor două oase legate.

Există articulaţii semimobile, a căror amplitudine a mişcării este redusă de un mănunchi fibros strâns (de exemplu, articulaţiile intervertebrale)

Scanned with OKEN Scanner

şi de articulaţiile mobile, ale căror ligamente sunt mai slabe pentru a permite o mişcare largă (articulaţiile membrelor).

Articulaţiile permit mai multe tipuri de mişcări :

- *glisarea* (alunecarea) simplă a celor două faţete articulare ;
- *rotaţia* : mişcare coaxială circulară ;
- *flexiunea* : mişcare de îndepărtare a celor două segmente osoase spre concavitate ;
- *extensia* : mişcare de îndepărtare a celor două segmente osoase spre convexitate ;
- *abducţia* : mişcare de îndepărtare ;
- *aducţia* : mişcare de îngustare ;
- *circumducţia* : rotaţie combinată cu alte mişcări.

Structura articulaţiei prezintă două sau mai multe faţete articulare care sunt zone osoase şlefuite şi acoperite de un strat cartilaginos : cartilagiul articular.

Fiecare articulaţie este dotată cu un dispozitiv de menţinere şi cu un dispozitiv de glisare.

Dispozitivul de menţinere cuprinde :

- ligamente interosoase care formează grupările fibroase ;
- o membrană care înglobează articulaţia, numită şi capsula articulară sau manşon.

Masajul segmentelor articulare	
Cauză	*Tehnică de masaj*
Atingeri ale ţesuturilor	
Îmbătrânirea şi uzura ţesuturilor, boli degenerative sau infecţioase, traumatisme, cancere sau exces alimentar	Manevre asociate de Tuina principal şi de Dong Fa secundar
Blocaje articulare	
Sindroame Bi, tulburări posturale, tulburări de creştere, traumatisme, atacuri ale factorilor patogeni climatici şi psihici	Manevre asociate de Dong Fa principal şi de Tuina secundar

Dispozitivul de glisare cuprinde :

- un burelet de cartilaj care asigură glisarea ;

Scanned with OKEN Scanner

- meniscuri (segmente cartilaginoase mai tari) fixate pe capsula articulară ;
- o sinovială, adică o membrană plină cu un lichid, sinovia, care este inserată în cartilagiile articulare. Sinoviala acoperă faţa internă a capsulei articulare.

Suntem deci în prezenţa unui mecanism perfect a cărui funcţionare depinde de folosirea sa, de starea generală a organismului şi de întreţinerea acestuia.

Masajul are o utilitate evidentă în cazul ultimelor două puncte de mai sus.

El va include diferitele elemente ale articulaţiei care, după cum ştim, sunt şi elemente anatomice ale sistemului energetic, substanţele trebuind să circule peste tot şi, a fortiori, nu trebuie blocate la intersecţii (articulaţii).

Masajul articulaţiilor va avea deci două destinaţii :

- una, structurală, în care se va încerca desprinderea şi înmuierea sau tonifierea ţesuturilor ;
- alta, funcţională, va încerca păstrarea integrităţii mişcărilor mecanice, adică facilitarea liberei circulaţii energetice.

Toate acestea deoarece tratarea ţesuturilor fără deblocarea căilor care le parcurg nu ar avea sens.

G. *Tratamentul coloanei vertebrale*

Tratarea echilibrului coloanei vertebrale prin masaj tradiţional chinez este, în mod clar (şi fără prozelitism), o alegere terapeutică bună, pentru că această medicină ţine cont în aceeaşi măsură de starea ţesuturilor, de situaţia mecanică şi de calitatea aporturilor energetice şi de lichide în zonele suferinde.

În plus, medicina chineză ne învaţă să avem o privire globală asupra a tot ce ne înconjură şi mai ales consideră că o leziune trebuie să fie abordată în contextul său, ceea ce conduce la postularea noţiunii de echilibru general, structural şi funcţional.

Atunci când studiem un teritoriu anatomic atât de complex cum este zona coloanei vertebrale, descoperim repede că este imposibil să înţelegem funcţionarea sa printr-o observaţie selectivă. Rezultatul examenului

Scanned with OKEN Scanner

centrat exclusiv pe o zonă lezată sau suferindă nu lămureşte nici cauza, nici nu indică o soluţie terapeutică eficientă pe termen lung.

Mai mult decât oricare altă parte a corpului, coloana vertebrală rămâne un dispozitiv biomecanic genial pentru că permite realizarea unui număr considerabil de mişcări prin mixarea mişcărilor combinate de bază, de exemplu, o extensie la 12,15 grade + o rotaţie la 9 grade + o flexiune-laterală la 7,8 grade, asigurând o protecţie eficientă a axei cerebrospinale şi permiţând deservirea căilor nervoase periferice.

Pe de altă parte, complexitatea biomecanică a coloanei vertebrale se află la baza schimburilor energetice dintre creier şi muşchi şi dintre creier şi organe, pe care le poate facilita sau perturba, în funcţie de existenţa unei mai mari sau mai mici libertăţi a circulaţiei substanţelor.

Este deci indicat să considerăm coloana vertebrală ca fiind un mecanism global a cărui fluiditate şi integritate ne îngrijorează.

Practicianul masajului tradiţional chinez va avea misiunea de a stabili cel mai bun raport între mobilitate, durere şi ocrotirea ţesuturilor.

Acţiunea sa asupra coloanei vertebrale va încerca :

- să elibereze articulaţiile rahidiene de orice constrângere ;
- să destindă ligamentele şi muşchii ;
- să faciliteze circulaţia Qi-ului şi a lichidelor.

Şi aceasta fără să provoace vreo durere sau să o acutizeze pe cea existentă. Apariţia unei suferinţe sau unei pierderi a mobilităţii la 48 de ore după un tratament manual sunt consecinţe anormale.

Reducerea mobilităţii rahidiene

Limitarea mişcărilor coloanei poate avea două cauze : durerea şi blocajul (şi, bineînţeles, amândouă cauzele, reunite).

Durerea este deseori cauza pierderii mobilităţii atunci când subiectul nu poate face unele mişcări fără a simţi o durere. El se adaptează unei amplitudini mai mult sau mai puţin redusă a durerii.

Atunci când numai durerea este cauza unei reduceri a mobilităţii şi când aceasta din urmă nu este produsă la rândul său de blocaje structurale, trebuie să încercăm să eliminăm cauzele enigmatice ale suferinţei tratându-le în funcţie de existenţa unei dureri datorate factorilor patogeni, unui sindrom al vidului sau al blocajelor energetice.

Scanned with OKEN Scanner

În măsura în care tratamentul este operant în ceea ce priveşte durerea, asistăm cel mai des la o recuperare satisfăcătoare a mobilităţii rahidiene.

Blocajele vertebrale sunt situaţii în care obstacolele jenează circulaţia naturală a Qi-ului şi a substanţelor lichidiene.

Se întâlnesc două tipuri de blocaje :

- *blocajul energetic* în care Qi-ul şi substanţele stagnează din cauza unei circulaţii proaste în meridiane (factori patogeni, traumatisme, tulburări cantitative şi calitative ale substanţelor) ;
- *blocajul structural* în care Qi-ul şi substanţele stagnează, de asemenea, dar, în acest caz, din cauza ajustărilor proaste ale segmentelor articulare, ceea ce conduce la obstrucţii pe reţelele circulatorii şi la o limitare a mişcării articulare ; coloana vertebrală este rigidă, înţepenită şi poate fi dureroasă la mişcare sau repaus.

Tratament

Cea mai bună procedură pentru tratarea coloanei vertebrale este, într-o primă etapă, practicarea unui masaj Tuina, cu scopul atât de a acţiona asupra ligamentelor, a segmentelor articulare şi a muşchilor, cât şi de a optimiza reuşita gesturilor de Dong Fa.

Dacă vom considera coloana drept un element constitutiv al Du Mai-ului, iar substanţa energetică care circulă este din această cauză energie Yang, acţionăm înspre facilitarea acestei circulaţii, efectuând manevre pe coccis, la baza craniului şi numai în acest sens.

Vom alege următoarele tehnici :

- masajul punctelor Huatuojiaji ;
- dispersia stazelor şi înmuierea ligamentelor şi muşchilor intervertebrali ;
- percuţia segmentelor vertebrale.

În a doua etapă, se aplică gesturile Dong Fa adaptate la configuraţia specifică a segmentului din coloana vertebrală care trebuie tratat :

- întinderea în ax pentru un segment comprimat, tasat ;
- mişcări corective de flexiune, extensie, rotaţie, torsiune.

Scanned with OKEN Scanner

În acest caz, tratamentul constă în aplicarea unei inversiuni a componentelor plecând de la dezechilibre. De exemplu, dacă coloana vertebrală lombară prezintă un blocaj în extensie, se aplică o tensiune în flexiune, cu flexiune laterală de partea blocajului şi rotaţie de cealaltă parte.

Apoi, în cea de-a treia etapă, se va practica aceeaşi tehnică Tuina ca cele care preced Dong Fa, pentru a evita reacţiile de contracţie şi pentru a facilita reintegrarea Qi-ului şi a sângelui în ţesuturi.

Descrierea și tratamentul blocajelor vertebrale fără discopatie

Important : mişcările de flexiune lombară şi cervicală sunt opuse flexiunii dorsale, iar cele de extensie lombară şi cervicală sunt opuse extensiei dorsale.

Blocaje lombare și dorsale în extensie-rotație

Tip de blocaj	Semne	Tehnici de normalizare
Blocaj în extensie cu rotaţie vertebrală la dreapta Poziţionarea vertebrei în extensie în comparaţie cu cea de deasupra şi cea de dedesubt cu posteriorizarea apofizei transverse drepte	• spaţiu interspinal de deasupra diminuat • spaţiu interspinal de dedesubt mărit • apofiză transversă posterioară la dreapta • durere pe apofiza posterioară dreaptă • fixarea vertebrei în poziţie închisă, testele de flexiune laterală fiind negative	1. Tuina 2. Flexiune 3. Flexiune laterală--dreapta 4. Rotaţii spre stânga cu apăsarea apofizei transverse drepte 5. Tuina
Blocaj în extensie cu rotaţie vertebrală la stânga Poziţionarea vertebrei aflate în extensie în comparaţie cu cea de deasupra şi cu cea de	• spaţiu interspinal de deasupra diminuat • spaţiu interspinal de dedesubt mărit • apofiză transversă posterioară la stânga • durere pe apofiza	1. Tuina 2. Flexiune 3. Flexiune laterală la stânga 4. Rotaţii spre dreapta cu apăsarea apofizei transverse stângi

Scanned with OKEN Scanner

dedesubt cu posteriorizarea apofizei transverse stângi	posterioară stângă • fixarea vertebrei în poziţie închisă, testele de flexiune laterală fiind negative	5. Tuina

Blocaj lombar şi dorsal în flexiune-rotaţie

Tip de blocaj	Semne	Tehnici de normalizare
Blocaj în flexiune cu rotaţie vertebrală la dreapta Poziţionarea vertebrei aflate în flexiune în comparaţie cu cea de deasupra şi cea de dedesubt cu posteriorizarea apofizei transverse drepte	• spaţiu interspinal de deasupra mărit • spaţiu interspinal de dedesubt diminuat • apofiză transversă posterioară la dreapta • durere pe apofiza posterioară dreaptă • fixarea vertebrei în poziţie închisă, testele de flexiune laterală fiind negative	1. Tuina 2. Flexiune 3. Flexiune laterală la stânga 4. Rotaţii spre stânga cu apăsarea apofizei transverse drepte 5. Tuina
Blocaj în flexiune cu rotaţie vertebrală la stânga Poziţionarea vertebrei aflată în flexiune în comparaţie cu cea de deasupra şi cea de dedesubt cu posteriorizarea apofizei transverse stângi	• spaţiu interspinal de deasupra mărit • spaţiu interspinal de dedesubt diminuat • apofiză transversă posterioară la dreapt • durere pe apofiza posterioară stângă • fixarea vertebrei în poziţie închisă, testele de flexiune laterală fiind negative	1. Tuina 2. Flexiune 3. Flexiune laterală la dreapta 4. Rotaţii spre dreapta cu apăsarea apofizei transverse stângi 5. Tuina

Scanned with OKEN Scanner

Diverse blocaje lombare şi dorsale

Tip de blocaj	Semne	Tehnici de normalizare
Tasare	• diminuarea spaţiilor intervertebrale • fixare vertebrală • dureri permanente sau frecvente la mişcare	1. Tuina 2. Întindere în ax 3. Tuina
Polirotaţii ale segmentelor vertebrale	• dureri care survin în timpul rotaţiei de partea opusă blocajului • semne strâns legate de cazurile precedente	1. Tuina 2. Întindere în ax cu rotaţie combinată 3. Tuina
Toate blocajele produse de retractarea ţesuturilor	• contracturi, hipertonii tisulare	1. Tuina 2. Torsiuni 3. Tuina

Blocaje cervicale

Tip de blocaj	Semne	Tehnici de normalizare
Blocaj Atlas/Axis (I1/I2)	• limitarea rotaţiei în flexiune, localizată de la I1 pe I2 • durere localizată	Întindere globală în ax şi în rotaţie
Blocaj I2 pe I3 şi I3 pe I4	• limitarea rotaţiei în flexiune, localizată de la I2 la I4 • posteriorizarea unei apofize transverse la dreapta sau la stânga cu durere asociată la palpare • apofiză spinoasă deviată de partea opusă rotaţiei	Corectare în flexiune Flexiune laterală pe partea fixării şi rotaţie pe partea opusă
Blocaj I4 pe I5, I5 pe I6 şi I6 pe I7	• limitarea rotaţiei în extensie, localizată de la I4 la I7 • posteriorizarea unei apofize transverse la dreapta sau la	Corectare în extensie Flexiune laterală pe partea fixării şi

Scanned with OKEN Scanner

	stânga cu durere asociată la palpare • apofiză spinoasă deviată de partea opusă rotaţiei	rotaţie pe partea opusă

H. *Tratamentul organelor*

Toată metodologia masajului tradiţional chinez se bazează pe reabilitarea mişcării fiziologice şi circulaţiei substanţelor.

Elementele fundamentale ale organismului, acestea nu există şi nu subzistă decât datorită funcţiilor organelor care le asigură elaborarea şi difuzarea în meridiane şi în ţesuturi.

La acest nivel, organele au un rol cu adevărat esenţial şi este indicat să le păstrăm integritatea fizică şi funcţională.

Ori, de-a lungul existenţei lor, organele sunt expuse la tot felul de constrângeri: alimentaţie neadaptată, poluări de toate felurile, stres, odihnă insuficientă, infecţii, traumatisme, depresii energetice, agresiuni climatice, şocuri emoţionale etc. Este vorba despre tot atâtea situaţii, pentru unii puternic patogene, susceptibile să producă în cel mai bun caz dezechilibre şi în cel mai rău caz tulburări structurale.

În primul caz, atunci când numai funcţia este afectată, organul este incapabil să-şi îndeplinească funcţiile şi astfel apar tulburări care pornesc de la simple stări de oboseală, la boli mai grave.

În al doilea caz, atunci când este afectată structura, sunt afectate şi funcţiile în mod inevitabil, iar prognosticul este mult mai pesimist.

În general, întâlnim două tipuri de tulburări: patologii funcţionale şi patologii organice.

Patologiile funcţionale afectează dinamismul organului, dar pot evolua spre tulburări de structură, în timp ce patologiile de structură, afectând integralitatea anatomică, provoacă leziuni, atrofia ţesuturilor prin degenerescenţă sau prin inhibarea creşterii etc.

Întâlnim şi situaţii intermediare: slăbirea ţesutului de susţinere a organelor, antrenând malpoziţii, instalarea Tan-ului fluid sau dens care conduce la complicarea tulburărilor funcţionale etc.

Tratamentul organelor prin masajul tradiţional chinez ia în calcul toate aceste situaţii, însă tratamentul tulburărilor de structură necesită acţiunea altor mijloace terapeutice ale medicinei tradiţionale chineze.

Scanned with OKEN Scanner

Se subînţelege că nu toate organele fac obiectul unui masaj direct. Doar ficatul, splina, vezica urinară, intestinul gros, intestinul subţire, vezica biliară şi stomacul sunt masate direct, în timp de inima, rinichii, plămânii, Triplul Focar şi Stăpânul Inimii beneficiază de o acţiune manuală indirectă.

Astfel, aplicăm direct pe organele în cauză gesturile adaptate lor.

Aplicare directă a gesturilor de Dong Fa pe organe

(Ficat, intestin gros, stomac, splină, intestin subţire, vezică urinară, vezică biliară.)

· Ficat

Numele procedeelor de masaj Dong Fa	Tehnică
Percuţie (corespunde tehnicii Tuina Pai Fa)	Lovitură uşoară şi scurtă pe regiunea anatomică a ficatului (a nu se percuta coşul pieptului), cu dosul mâinii, articulaţia metacarpo-falangiană sau pulpa degetelor. Acest gest este efectuat în secvenţe de 30 de secunde, pe care le alternăm cu alte procedee
Presiune (corespunde tehnicii Tuina Ya Fa)	Apăsare uşoară şi progresivă pe ţesuturile moi din regiunea anatomică a ficatului (fără a provoca durerea). Se păstrează mâna imobilă timp de 10 până la 20 de secunde, apoi se eliberează şi se reia procedeul, în general de 6 până la 10 ori
Pompare (corespunde tehnicii Ya Fa/An Fa)	Acest gest este aplicat la început ca o presiune pe care nu o menţinem, eliberarea făcându-se brusc. Pomparea asupra ficatului se aplică la expiraţie, câte şase pe şedinţă, între 3 şi 10 secvenţe, după caz
Vibraţie (corespunde tehnicii Tuina Zheng)	Executată la inspiraţie, vibraţia pe ficat este aplicată pe faţa sa inferioară cu cantul mâinii sau cu faţa internă a degetelor, în secvenţe scurte de câteva secunde în timp ce executăm alte gesturi sau la finalul protocolului timp de 30 de secunde

Scanned with OKEN Scanner

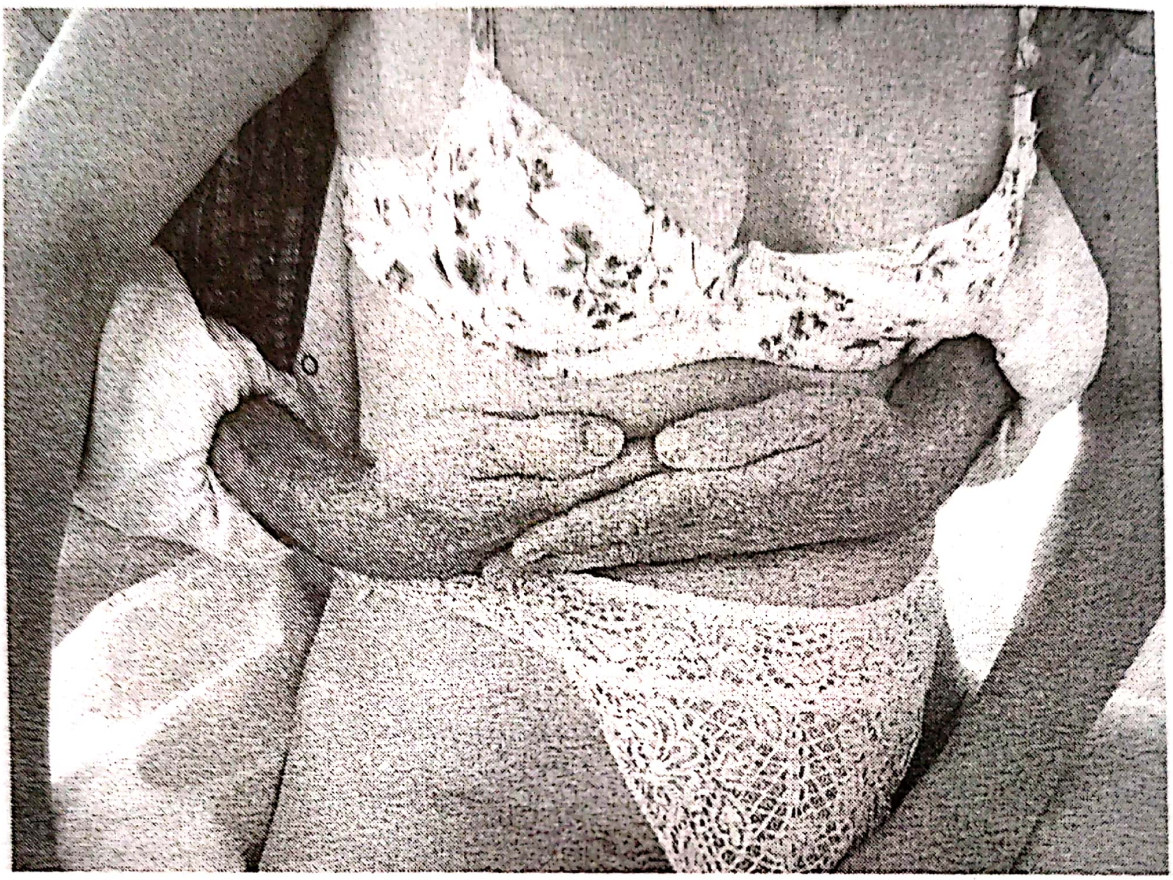


Foto 42. *Pomparea ficatului*

Intestinul gros

Numele procedeelor de masaj Dong Fa	Tehnică
Percuţie	Lovitură uşoară şi scurtă pe regiunea anatomică a intestinului gros cu dosul mâinii, articulaţia metacarpo-falangiană sau pulpa degetelor. Acest gest este efectuat în secvenţe de 30 de secunde, pe care le alternăm cu alte gesturi
Presiune	Apăsare profundă, uşoară şi progresivă, pe traiectul intestinului gros în sensul progresiei materiei (fără a provoca durere). Se păstrează mâna imobilă timp de 10 până la 20 de secunde, apoi se eliberează şi se reia procedeul, în general de 6 până la 10 ori
Croşetaj	Această tehnică se efectuează cu perniţele degetelor reunite, mâna fiind dispusă în cleşte. După ce degetele au fost aplicate în planuri profunde pe

Scanned with OKEN Scanner

	intestinul gros, acesta se mobilizează prin apăsare şi, la nevoie, i se asociază o vibraţie
Vibraţie	Executată la inspiraţie, vibraţia pe intestinul gros este aplicată pe tot traiectul organului cu partea plată a mâinii sau cu faţa internă a degetelor, în secvenţe scurte de câteva secunde, în timp ce o executăm între alte gesturi sau la finalul unui protocol timp de 30 de secunde

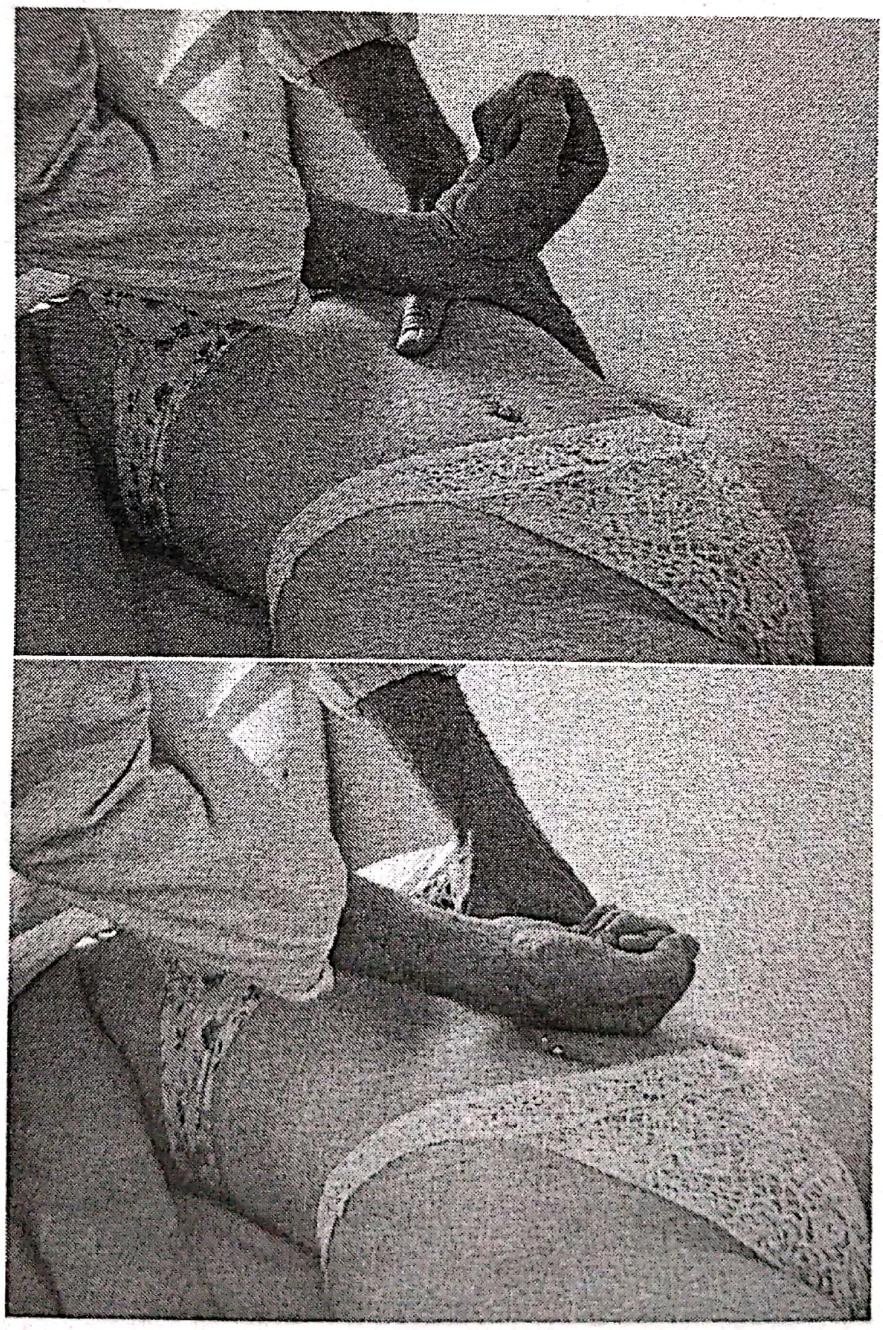


Foto 43. *Percuţie pe intestinul gros*

Scanned with OKEN Scanner

Stomac

Numele procedeelor de masaj Dong Fa	Tehnică
Presiune	Apăsare foarte uşoară şi progresivă pe suprafaţa stomacului (fără a provoca durere). Se păstrează mâna imobilă timp de 10 până la 20 de secunde, apoi se eliberează şi se reia procedeul, în general de 6 până la 10 ori (la ceva timp după sau înaintea meselor)
Pompare	Acest gest este aplicat la început ca o presiune pe care nu o menţinem, eliberarea făcându-se brusc. Pomparea pe stomac se aplică la expiraţie, câte 6 în intervalul de şedinţă, între 3 şi 10 secvenţe, după caz
Vibraţie	Executată la inspiraţie, vibraţia pe stomac este aplicată pe întreaga suprafaţă a organului cu dosul mâinii sau cu faţa internă a degetelor, în secvenţe scurte de câteva secunde în combinaţie cu alte gesturi sau la finalul unui protocol timp de 30 de secunde

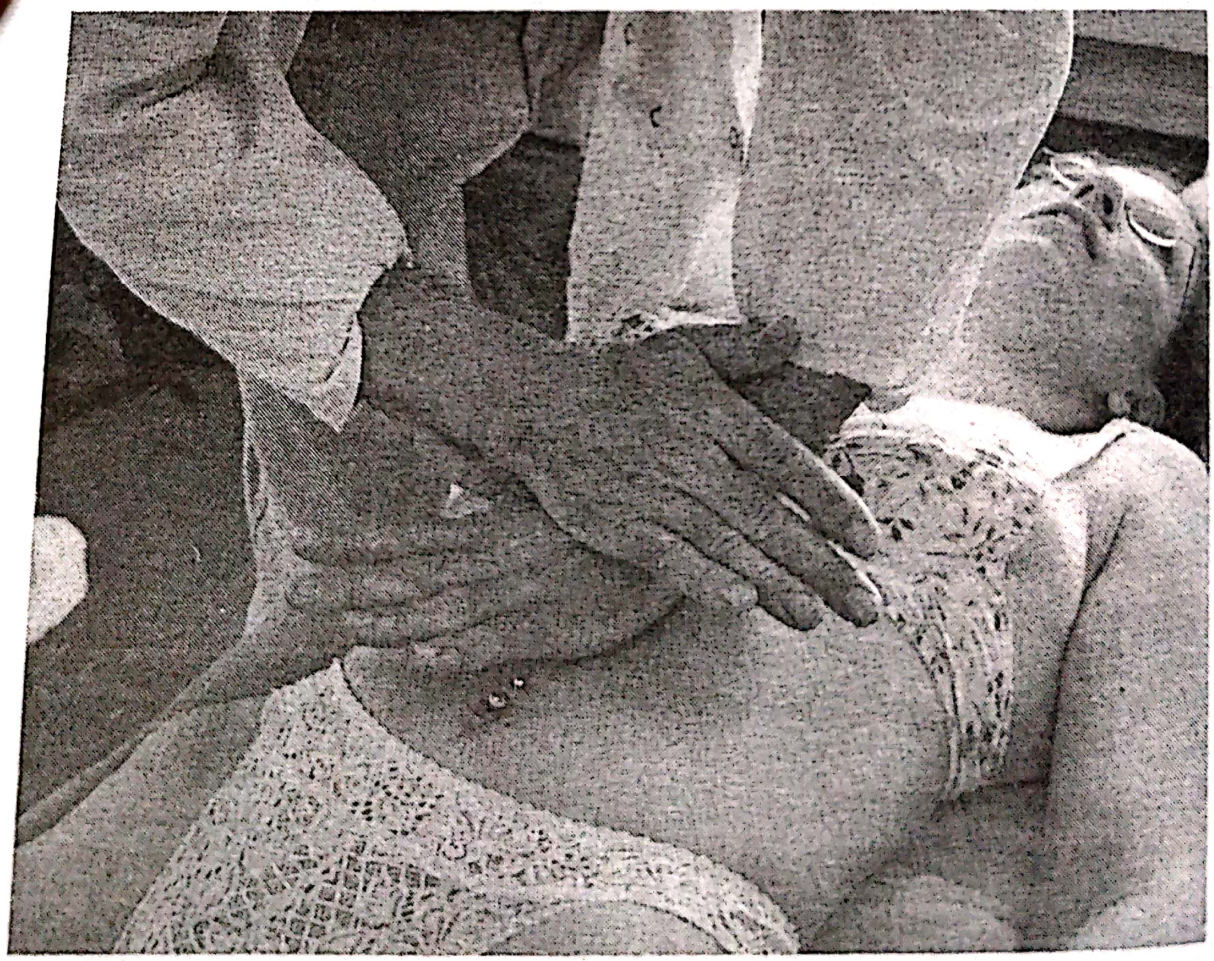


Foto 44. *Vibraţie pe stomac*

Scanned with OKEN Scanner

Splină

Numele procedeelor de masaj Dong Fa	Tehnică
Percuţie	Lovitură uşoară şi scurtă pe regiunea anatomică a splinei (a nu se aplica percuţia pe coşul pieptului) cu dosul mâinii, articulaţia metacarpo-falangiană sau pulpa degetelor. Acest gest este efectuat în secvenţe de 30 de secunde, pe care le alternăm cu alte procedee
Presiune	Apăsare progresivă, uşoară şi profundă pe suprafaţa splinei. Se păstrează mâna imobilă timp de 10 până la 20 de secunde, apoi se eliberează şi se reia procedeul, în general de 6 până la 10 ori
Vibraţie	Vibraţia pe splină se efectuează la inspiraţie cu dosul mâinii sau cu faţa internă a degetelor, în secvenţe scurte de câteva secunde în timp ce o executăm între alte gesturi sau la finalul unui protocol timp de 30 de secunde

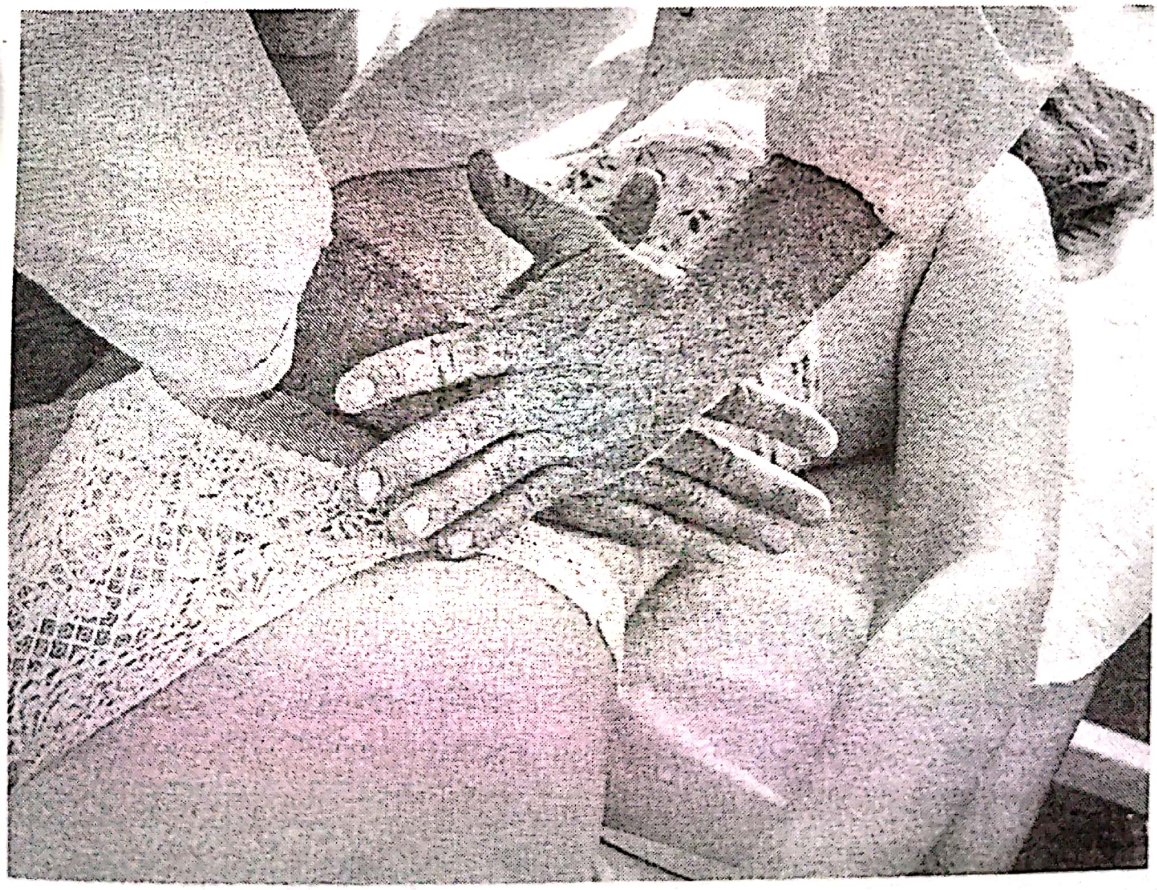


Foto 45. *Vibraţie pe splină*

Scanned with OKEN Scanner

Vezica urinară

Numele procedeelor de masaj Dong Fa	Tehnică
Percuţie	Lovitură uşoară şi scurtă pe regiunea anatomică a vezicii urinare cu dosul mâinii, articulaţia metacarpo-falangiană sau pulpa degetelor. Acest gest este efectuat în secvenţe de 30 de secunde, pe care le alternăm cu alte procedee
Vibraţie	Vibraţia pe vezica urinară se efectuează la inspiraţie cu dosul mâinii sau cu faţa internă a degetelor, în secvenţe scurte de câteva secunde între alte procedee sau la finalul unui protocol timp de 30 de secunde

Foto 46. *Vibraţie pe vezica urinară*

Intestin subţire

Numele procedeelor de masaj Dong Fa	Tehnică
Percuţie	Lovitură uşoară şi scurtă pe traiectul intestinului subţire cu dosul mâinii, articulaţia metacarpo-falangiană sau pulpa degetelor. Acest procedeu este efectuat în secvenţe de 30 de secunde, pe care le alternăm cu alte procedee

Scanned with OKEN Scanner

Presiune	Apăsare progresivă, uşoară şi profundă pe traiectul intestinului subţire în sensul progresiei materiilor (fără a provoca durerea). Se păstrează mâna imobilă timp de 10 până la 20 de secunde, apoi se eliberează şi se reia procedeul, în general de 6 până la 10 ori
Croşetaj	Această tehnică este aplicată la nivelul cecumului. Se efectuează cu pulpa degetelor reunite, cu mâna dispusă în cleşte. După ce degetele au fost aplicate în planurile profunde de sub cecum, acesta se mobilizează prin imprimarea unor mişcări scurte de apăsare în sus
Vibraţie	Vibraţia pe intestinul subţire se efectuează pe traiectul organului şi sub cecum, la inspiraţie, cu dosul mâinii sau cu faţa internă a degetelor, în secvenţe scurte de câteva secunde în timp ce o executăm între alte gesturi sau la finalul unui protocol timp de 30 de secunde

Foto 47. *Presiune pe intestinul subţire*

Scanned with OKEN Scanner

Vezica biliară

Numele procedeelor de masaj Dong Fa	Tehnică
Percuţie	Lovitură uşoară şi scurtă pe regiunea anatomică a vezicii biliare (a nu se aplica percuţia pe coşul pieptului) cu articulaţia metacarpo-falangiană sau pulpa degetelor. Acest gest este efectuat în secvenţe de 30 de secunde, pe care le alternăm cu alte gesturi
Presiune	Apăsare progresivă şi uşoară pe ţesuturile moi din regiunea anatomică a vezicii biliare (fără a provoca durere). Se păstrează mâna imobilă timp de 10 până la 20 de secunde, apoi se eliberează şi se reia procedeul, în general de 6 până la 10 ori
Pompare	Acest gest este aplicat la început ca o presiune pe care nu o menţinem, eliberarea făcându-se brusc. Pomparea pe vezica biliară se aplică la expiraţie, câte şase în intervalul unei şedinţe, între 3 şi 10 secvenţe, după caz
Croşetaj	Această tehnică se efectuează cu pulpa degetelor reunite, cu mâna dispusă în cleşte. După ce degetele au fost aplicate în planurile profunde de sub coşul pieptului, vezica se mobilizează prin imprimarea unor mişcări scurte de apăsare în sus
Vibraţie	Efectuată la inspiraţie, vibraţia pe vezica biliară este aplicată pe faţa sa inferioară cu dosul mâinii sau cu faţa internă a degetelor, în secvenţe scurte de câteva secunde în timp ce o executăm între alte gesturi sau la finalul unui protocol timp de 30 de secunde

Scanned with OKEN Scanner

Foto 48. *Croşetaj al vezicii biliare*

Tratamentele realizate prin intermediul masajului tradiţional chinez al ansamblului sindroamelor Zang Fu care fac obiectul cursurilor specializate ale Colegiului de Medicină Orientală

Vă prezentăm aici, sub formă de tabele, tratamentele regulatoare mai generale.

În practica clinică, acestea permit normalizarea eficientă a ansamblului organelor atât în planul structurii, cât şi în cel al funcţionării lor.

Tratamente regulatoare ale organelor prin masaj

Reglarea ficatului	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 14 ficat, 18 vezică, 3 ficat Tuifa pe meridian	Yafa pe organ la expiraţie, de 12 ori Zheng pe organ la inspiraţie, de 12 ori Reluaţi de două ori

Scanned with OKEN Scanner

Reglarea vezicii biliare	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3minute pe punctele : 24 Vezică biliară, 19 Vezică urinară, 40 Vezică biliară	Paifa pe organ, de 12 ori Zheng pe organ, de 6 ori Trebuie făcute 3 secvenţe în acest fel

Reglarea inimii	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 14 Ren Mai, 15 Vezică urinară, 3 Inimă	Fără acţiune directă

Reglarea intestinului subţire	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 4 Ren Mai, 27 Vezică urinară, 3 Intestin subţire	Ya Fa pe organ, de 12 ori Zheng pe organ, de 6 ori Trebuie făcute 3 secvenţe în acest fel

Reglarea splinei	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 13 Ficat, 20 Vezică urinară, 21 Splină	Ya Fa pe organ la expiraţie, de 12 ori Zheng pe organ la inspiraţie, de 12 ori

Reglarea stomacului	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 12 Ren Mai, 21 Vezică urinară, 36 Stomac	Tui Fa pe organ în sensul fiziologic Fără acţiune directă

Reglarea plămânilor	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de trei minute pe punctele : 1 Plămâni, 13 Vezică urinară, 7 Plămâni	Fără acţiune directă

Scanned with OKEN Scanner

Reglarea intestinului gros	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de trei minute pe punctele : 25 Stomac, 25 Vezică urinară, 4 Intestin gros	Ya Fa progresiv în sensul fiziologic timp de trei minute, apoi Zheng de 6 ori

Reglarea rinichilor	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de trei minute pe punctele : 25 Vezică biliară, 23 Vezică urinară, 3 Rinichi	Fără acţiune directă

Reglarea vezicii urinare	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de trei minute pe punctele : 3 Ren Mai, 28 Vezică urinară, 64 Vezică urinară	Qiaofa uşor timp de un minut Zheng timp de un minut, repetat de 3 ori

Reglarea Stăpânului Inimii	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de trei minute pe punctele : 17 Ren Mai, 14 Vezică urinară, 6 Stăpânul Inimii	Fără acţiune directă

Reglarea Triplului Focar	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 5 Ren Mai, 22 Vezică urinară, 5 Triplu Focar	Fără acţiune directă

I. *Tratamentul indirect al psihismului*

Iată un sector terapeutic caracteristic medicinei chineze, care evidenţiază orientarea sa globală.

De fapt, tratarea psihismului prin masaj poate părea surprinzătoare. Cum se face că o disciplină exclusiv corporală poate acţiona asupra mintalului ?

Scanned with OKEN Scanner

Pentru a înţelege mai bine modalităţile de acţiune, trebuie, în primul rând, să fi observat şi recunoscut legăturile permanente care unesc corpul şi spiritul, ajungând până la a nu le mai putem separa.

Corpul nostru este compus din miliarde de celule legate între ele prin intermediul schimburilor energetice care depind în aceeaşi măsură de propria structură şi de calitatea mediului în care se găsesc. Există o activitate energetică intrinsecă fiecărei celule, însă mediul în care au loc aceste schimburi este fundamental, deoarece este încărcat cu elemente preţioase cum ar fi Qi-ul şi lichidul organic interstiţial, dar şi cu factori patogeni precum frigul, căldura, vântul, umiditatea, toxinele.

Toate aceste elemente interacţionează în comunicarea dintre celule, favorizând-o sau perturbând-o.

În ceea ce le priveşte, gândirea şi emoţiile produc o încărcătură energetică foarte puternică (aşa-zisul Qi mintal), pornind de la energia substanţelor care produc şi difuzează organele.

Mediul intercelular este astfel în relaţie cu măduva şi cu „marea măduvelor" (ansamblu cerebrospinal) sub acţiunea conjugată a vaselor Du Mai, a rinichilor şi a inimii.

Legătura dintre celule şi sistemul nervos se poate produce deci prin acest mediu.

În tratamentul psihismului, masajul tradiţional chinez prezintă diferite acţiuni pozitive:

- Primul impact are loc asupra mediului intercelular, din moment ce acesta favorizează reînnoirea substanţelor şi, prin urmare, aporturile nutritive în acelaşi timp cu evacuarea factorilor patogeni. Celulele absorb cea mai mare parte a elementelor din mediul intercelular, dar le pot absorbi în aceeaşi măsură şi factorii patogeni conţinuţi de către acest mediu, antrenând diverse stări de dezordine celulară sau chiar asfixia celulară.
- Al doilea efect al acţiunii manuale vizează stimularea organelor, prin meridianele sale, ale căror legături preferenţiale cu psihismul le cunoaştem. Qi-ul mintal ia naştere în substanţe şi este produs de către dinamismul combinat al organelor şi al creierului. În continuare, el rămâne sub influenţa acestuia.
  Reglarea Zhang Fu permite obţinerea unei reglări secundare la nivelul activităţii emoţionale şi al celei intelectuale, fiecare acţionând pe un fragment mintal, după raporturile pe care le-am observat deja în cartea de faţă. Însăşi natura acestor raporturi

Scanned with OKEN Scanner

este, pe de altă parte, subliniată în teoria celor cinci elemente, teorie care se sprijină pe observaţii empirice.

- În fine, al treilea beneficiu al metodei este legat de profilaxie, deoarece Qi-ul mintal, ca şi cel corporal, este o substanţă perfect stabilă, care creşte, descreşte şi transformă.
  Acţionând asupra ţesuturilor, favorizăm reglarea Qi-ului mintal, permitem producerea sa corectă şi evoluţia sa mai liberă în organism, deoarece – să nu uităm – Qi-ul mintal circulă, la fel cum circulă şi sângele, iar teritoriul său nu este limitat la interiorul craniului.

Toate bolile mintale au o rădăcină fizică, la fel ca şi tulburările de personalitate mai uşoare sau chiar unele disconforturi cum ar fi grijile şi pierderile de memorie. Orice acţiune asupra corpului este resimţită de spirit, iar ameliorarea schimburilor energetice ale unuia are consecinţe benefice asupra celuilalt. Numeroase tratamente, aşa-zişii „antidepresori" chimici, nu îşi au rostul, la fel ca cele care vizează reducerea artificială a anxietăţii sau a efectelor sale.

Terapia tradiţională chineză prin masaj care vizează componenta mintală acţionează încă de la prima şedinţă.

În cazurile mai grave, terapia este deseori concepută pe durate lungi, adică de la mai multe luni, la mai mulţi ani în funcţie de gravitatea cazurilor. Într-un cadru medical specializat, bolnavii prezentând boli psihotice care nu sunt agitaţi pot primi îngrijiri prin masajul tradiţional chinez, cu titlul de îngrijiri complementare.

Prezentăm mai jos tratamentele-tip ale sindroamelor psihice generale.

Tratamentele specifice unor tulburări cum ar fi angoasele, mutismul, isteria, şocul emoţional şi altele care necesită dezvoltări mai lungi nu sunt abordate aici.

Tratamentul sindroamelor psihice prin masaj

Toate tulburările mintale minore şi nepsihotice	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masajul An Lo timp de 3 minute pe punctele : 4 Intestin gros, 36 Stomac Tuina cranian	Întindere cervicală în ax

Scanned with OKEN Scanner

Vid de energie mintală	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 21 Vezică biliară, 6 Splină, 20 Du Mai	Drenaj al intestinului gros Pompare a ficatului Mobilizări şi normalizări ale grupului D6/D7/D8/D9 cu percuţii ale segmentelor vertebrale

Stagnare mintală	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 2 Splină, 3 Ficat, 6 Stăpânul Inimii	Mobilizări şi normalizări ale coloanei vertebrale cervicale Percuţii ale splinei Mobilizări ale vezicii biliare

Staze mintale	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 14 Ren Mai, 14 Stomac, 20 Du Mai, 7 Inimă	Mobilizări şi normalizări D3/D4/D5 Percuţii pe traiectul intestinului subţire şi croşetaj pe cecum

Vânt	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 5 Plămâni, 4 Splină, 20 Vezică biliară	Mobilizări şi normalizări C7/D1/D2 Presiune şi pompare asupra ficatului

Vânt-căldură	
Tratament Tuina	*Tratament Dong Fa*
Masaj An Lo timp de 3 minute pe punctele : 25 Stomac, 11 Intestin gros, 20 Vezică biliară	Torsiune vertebrală Întinderi articulare generale Presiune şi pompare pe ficat

Scanned with OKEN Scanner

J. *Derularea ședinței de masaj*

Atunci când primim o persoană în cabinetul de masaj, se pot întâlni mai multe situaţii :

a) cererea de masaj se referă la un simplu masaj de întreţinere ;
b) persoana nu prezintă semne particulare ale unei afecţiuni, dar doreşte un masaj preventiv, de sănătate ;
c) este vorba despre o persoană care prezintă simptome de durere sau diferite tulburări.

- *În primul caz*, vom proceda la un scurt interviu pentru a elimina orice contraindicaţie eventuală şi a explica subiectului cum se derulează masajul.
- *În al doilea caz*, efectuăm un bilanţ energetic după ce s-a făcut investigaţia diagnostică clasică a medicinei tradiţionale chineze şi propunem pacientului un program de masaj susceptibil să reducă orice dezechilibru (există totdeauna măcar unul) şi să amelioreze circulaţia substanţelor.
- *În al treilea caz*, începem o analiză de diagnostic ţinând cont de simptomele declarate de către pacient, de semnele clinice, de rezultatul examenului şi iniţiem un principiu de tratament care corespunde diagnosticului pozitiv. Acest principiu conduce la un program de tratament prin masaj, pe care îl prezentăm pacientului.

Aşadar, în general avem trei situaţii foarte diferite în care se vor practica trei masaje diferite : un masaj de întreţinere, unul terapeutic profilactic şi unul terapeutic curativ.

Dacă privim lucrurile de o manieră şi mai globală, putem spune că, în realitate, practicăm două tipuri de masaj : unul neterapeutic şi unul terapeutic.

Masajul de întreținere

Masajul de întreţinere este deopotrivă relaxant şi socializant, dar şi o sursă de plăcere. De o manieră generală, practicăm acest masaj pe subiecţi de toate vârstele, de la sugari la bătrâni, aceştia fiind alungiţi pe masa de masaj şi dezbrăcaţi. Însă este indicat să fie aplicat, după caz,

Scanned with OKEN Scanner

în mod delicat, normal sau mai apăsat, gesturile fiind aceleaşi, pe aceleaşi meridiane, indiferent de vârstă. Pe de altă parte, trebuie ţinut cont de faptul că putem foarte bine limita acest tip de masaj la faţă, la spate sau îl putem extinde la întregul corp.

Există, bineînţeles, masaje specifice, care se adresează nou-născuţilor, copiilor sau persoanelor în vârstă, construite pe protocoale diferite. Aceste masaje sunt considerate a fi terapeutice.

Şedinţa de masaj general de întreţinere durează aproximativ o oră.

Se începe cu spatele, apoi faţa posterioară a membrului inferior de la partea superioară a fesei până la călcâi, apoi se masează picioarele, membrul inferior (faţa anterioară, faţa internă şi faţa externă), abdomenul, toracele, faţa, craniul, finalizând cu apexul cranian.

La sfârşitul şedinţei, trebuie acordate câteva minute pacientului pentru a-i permite să-şi revină înainte de a se ridica.

Masajul terapeutic

În ceea ce îl priveşte, masajul terapeutic va avea totdeauna scopul de a corecta, de a normaliza o situaţie care poate fi rezultatul unui dezechilibru uşor sau al unei conjuncturi patologice. Fie că este vorba despre o măsură preventivă sau despre un act pur curativ, demersul se va sprijini de fiecare dată pe o analiză personalizată.

Începem prima şedinţă cu o conversaţie-anamneză care va dura între 5 şi 10 minute, apoi facem un examen corporal în care se ia în calcul atât situaţia fizică, cât şi cea mintală, această fază permiţând stabilirea unui contact real şi instalarea unui climat de încredere ; în acest moment, efectuăm teste care permit eliminarea contraindicaţiilor ; această etapă durează în general 10 minute.

În final, vine momentul în care sintetizăm toate informaţiile colectate, printr-un rezultat care este diagnosticul energetic. Acesta este determinant în ceea ce priveşte alegerea tratamentului prin masaj.

Elaborarea bilanţului energetic va dura între 15 şi 20 de minute şi va fi urmat de prima şedinţă de masaj (aproximativ o oră de masaj).

În mod normal, următoarele şedinţe vor fi mai scurte, fiind scutite de examenul iniţial. Observaţiile privind evoluţia simptomelor şi a semnelor clinice vor fi totuşi luate în calcul la fiecare şedinţă, iar un bilanţ intermediar va fi efectuat la fiecare a treia şedinţă.

Scanned with OKEN Scanner

3. Protocoale generale

Pentru a avea o componentă terapeutică, masajul tradiţional chinez este ghidat, în toate etapele sale, de o logică în care interacţionează :

- capacitatea de a da un diagnostic energetic ;
- capacitatea de a efectua procedeele tehnice de masaj ;
- capacitatea de a adapta aceste procedee la o situaţie clinică dată.

Ultima componentă se sprijină ea însăşi pe cunoştinţele şi pe facultăţile de analiză şi sinteză.

Protocoalele există tocmai pentru a ajuta practicianul să-şi adapteze în mod corect şi rapid tehnica la imperativele clinice. Protocoalele sunt ghiduri opţionale cu o valoare informativă credibilă.

A. *Masajul spatelui*

Primul protocol de masaj pe care îl vom studia reprezintă exerciţiul practic fundamental pentru orice student, deoarece spatele este regiunea cea mai propice pentru aplicarea tuturor procedeelor de masaj şi pentru că este partea anatomică cea mai densă în ceea ce priveşte meridianele şi punctele de acupunctură.

Totuşi, bogăţia energetică a spatelui presupune numeroase dereglări care sunt tot atâtea consecinţe patologice : dureri, blocaje sau reducerea mobilităţii, frisoane, stare de slăbiciune, tulburări posturale.

De asemenea, este important să putem face un masaj de bază, eficient atât în ceea ce priveşte profilaxia, cât şi partea terapeutică, cu atât mai mult cu cât spatele reprezintă o problemă de zi cu zi pentru orice practician.

Masajul se va întinde din regiunea suboccipitală până la baza sacrumului.

El va cuprinde tehnici Tuina (lucrarea meridianelor tendino-musculare, a ţesuturilor, în general, şi a punctelor de acupunctură), asociate cu tehnicile Dong Fa (mobilizări simple sau reduceri ale blocajelor).

Scanned with OKEN Scanner

Anatomia energetică a spatelui

Meridiane ascendente

- Vasul Guvernator Du Mai, situat pe întregul ax dorsal median şi depăşindu-l cu 0,5 cun, pe fiecare parte din lăţimea sa.
- Meridianele Intestinului subţire şi ale Triplului Focar, din care o mică porţiune acoperă partea scapulară posterioară, de la marginea plicii axilei la I7.

Meridiane descendente

- Meridianul Vezicii urinare (cel mai important), situat pe întreaga parte laterală, pe două ramuri ; acest meridian acoperă cu întinderea sa tendino-musculară mai mult de 3,5 cun, adică aproximativ 10 cm pe fiecare parte a spatelui.
- Meridianul Vezicii biliare, din care o porţiune acoperă segmentul cervical posterior, de la protuberanţa occipitală externă.

Protocol de masaj general al spatelui

- Durată : aproximativ o oră.

1. Tuina

Prima acţiune: masajul punctelor bilaterale

- 15 Triplul Focar, situat între punctul 14VG şi acromion, mai exact în centrul acestei axe.
- 11 Vezică urinară, situat între apofizele spinoase ale D1 şi D2, la 1,5 cun spre exterior.
- Toate punctele Huatuojiaji (2 X 28), situate de-a lungul coloanei rahidiene, pe ambele părţi, de la I1 la S4 şi la 0,5 cun de axul medial (adică la jumătate de deget).
- Punctele 15TF şi 11Vu sunt masate timp de aproximativ 2 minute în Lo Fa.
- Punctele Huatuojiaji sunt masate două câte două, aproximativ 15 secunde în An Lo apăsat.

Scanned with OKEN Scanner

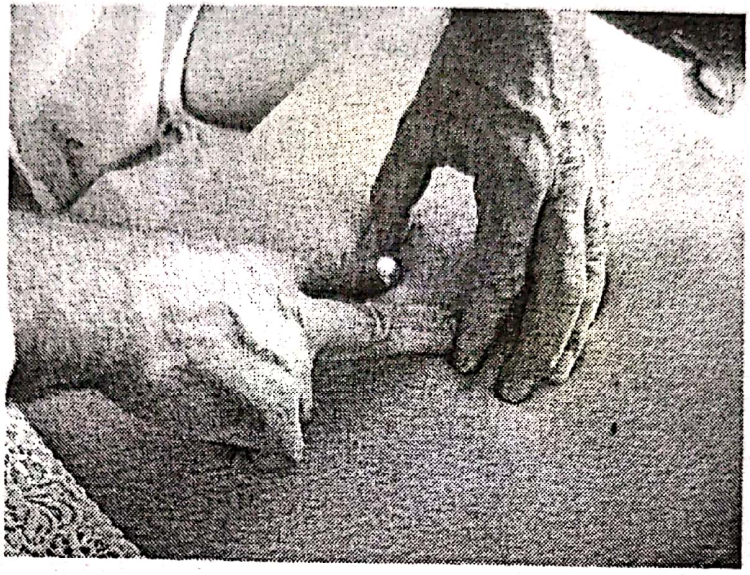


Foto 49. *Tuina bilateral : puncte ale spatelui*

A doua acțiune: masajul Na Lo asupra mușchilor și a țesutului conjunctiv

- Na Lo este o tehnică de frământare-petrisaj, care permite desprinderea aderenţelor pielii şi ale fasciilor, destinderea ţesutului conjunctiv şi a muşchilor prin eliminarea stazelor. De asemenea, participă la ameliorarea circulaţiei substanţelor.
- Sensul manevrelor este din sus în jos, întâi o parte, apoi cealaltă.
- Această acţiune durează aproximativ 10 minute.

Foto 50. *Na Lo asupra spatelui*

Scanned with OKEN Scanner

A treia acţiune: masajului Rou Fa asupra Vasului Guvernator şi teritoriului perivertebral

- Rou Fa este o tehnică în care sunt combinate frământarea şi rularea cu degetele. Efectele obţinute aici sunt identice cu cele obţinute prin Na Lo, acţiunea de dezlipire fiind mai pronunţată.
- Rou Fa pe VG este direcţionat dinspre sacrum spre cervicale şi Rou Fa pe teritoriul perivertebral este direcţionat dinspre centru spre margine.
- Această acţiune este repetată timp de aproximativ 10 minute.

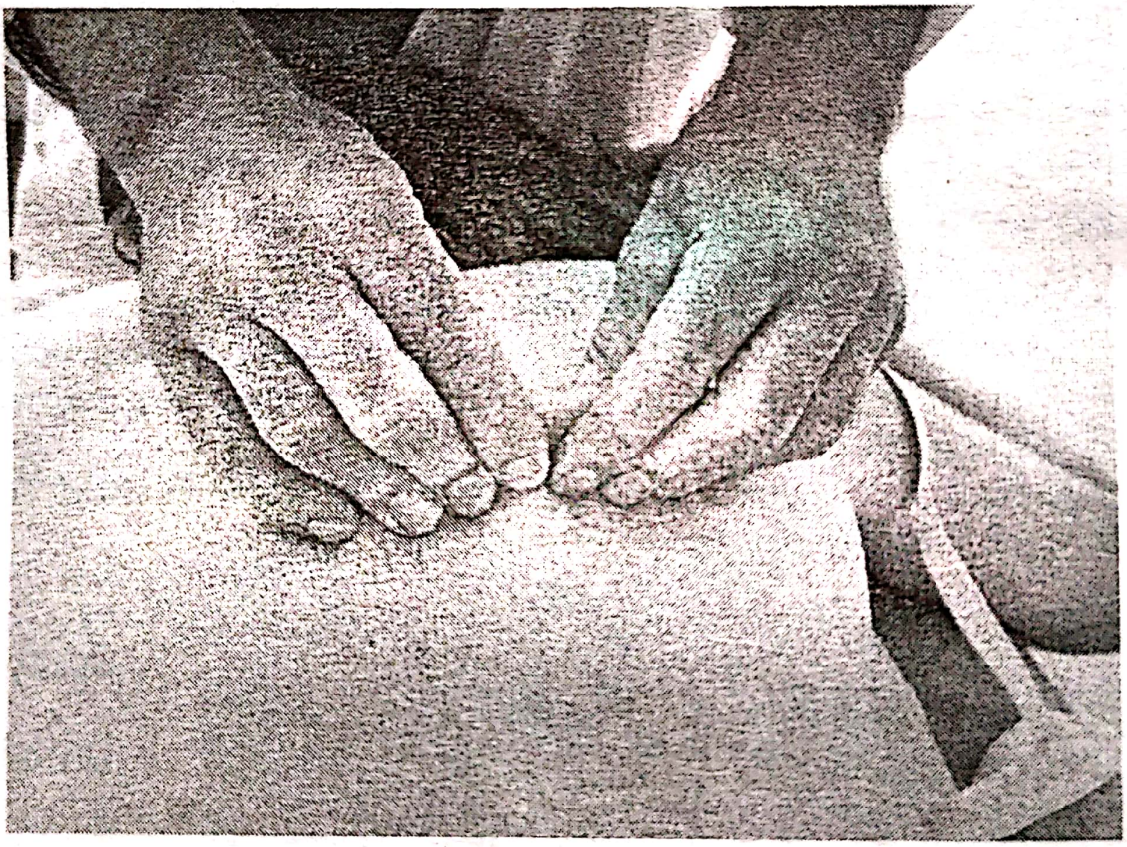


Foto 51. *Rou Fa asupra spatelui*

A patra acţiune: masajul Tui Fa asupra întregii suprafeţe a spatelui

- Tui Fa este o tehnică de puseu care permite aici stimularea circulaţiei substanţelor în meridiane. Se lucrează cu palma şi cu pernuţele degetelor.
- Tui Fa pe VG este direcţionat dinspre sacrum spre cervicale şi Tui Fa pe coaste este direcţionat dinspre partea superioară spre cea inferioară.

Scanned with OKEN Scanner

Foto 52. *Tui Fa general asupra spatelui 1*

Foto 53. *Tui Fa general asupra spatelui 2*

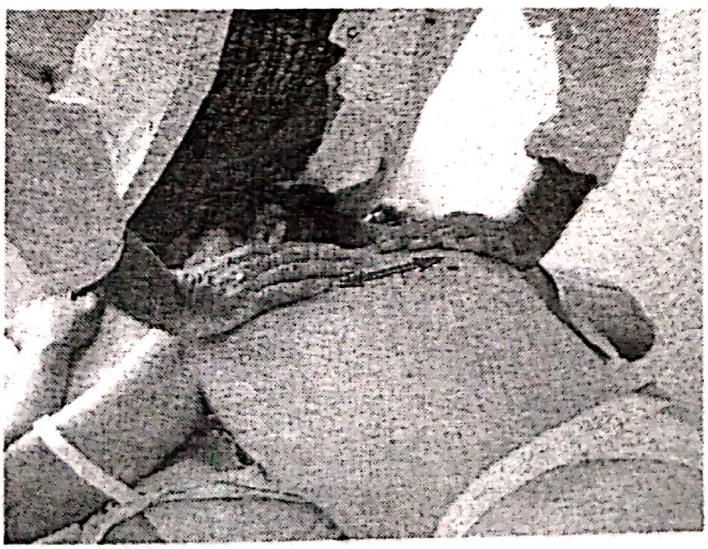


Foto 54. *Tui Fa general asupra spatelui 3*

Scanned with OKEN Scanner

Puncte speciale (dacă este cazul)

Fragilitate musculară şi articulară a spatelui

- 13 Vezică urinară, situat între apofizele spinoase ale D3 şi D4, la 1,5 cun spre exterior.
- 20 Vezică urinară, situat între apofizele spinoase ale D11 şi D12, la 1,5 cun spre exterior.
- 23 Vezică urinară, situat între apofizele spinoase ale L2 şi L3, la 1,5 cun spre exterior.

Contracturi ale spatelui cauzate de stres

- 20 Vezica biliară, situat în fosă, sub protuberanţa occipitală externă.
- 15 Vezică urinară, situat între apofizele spinoase ale D5 şi D6, la 1,5 cun spre exterior.

- Acest masaj poate fi considerat punctul de plecare al unui program terapeutic specific, în care se are în vedere tratarea unuia sau altui tablou particular şi în care vom alege, bineînţeles, manevrele şi punctele cele mai adaptate.
- De asemenea, poate fi reprodus exact dacă nu dorim decât o acţiune localizată la spate. În acest caz, putem adăuga şi alte gesturi de masaj la această bază.
- Oricare ar fi manevrele, este esenţial să se ţină cont de sensul circulaţiei meridianelor.

2. Dong Fa

Prima acţiune: flexiune-extensie lombară

- Această manevră constă în flexiunile şi extensiile alternative ale coloanei rahidiene lombare, pacientul fiind în poziţia şezut.
- Această acţiune cuprinde şase flexiuni şi şase extensii.

A doua acţiune: flexiune-extensie dorsală

- Această manevră constă într-o flexiune şi o extensie alternative ale coloanei rahidiene dorsale, pacientul fiind în poziţia şezut.
- Această acţiune cuprinde şase flexiuni şi şase extensii.

Scanned with OKEN Scanner

Foto 55. *Flexiune lombară*

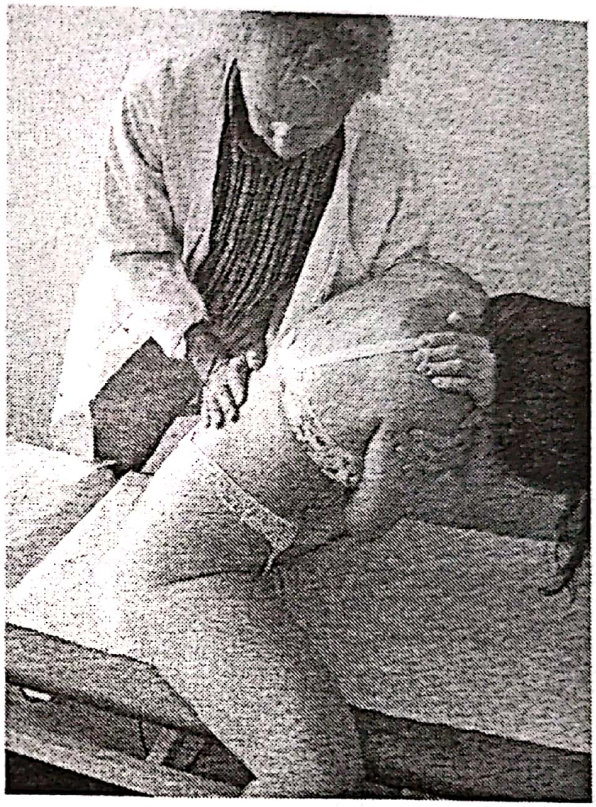


Foto 56. *Extensie lombară*

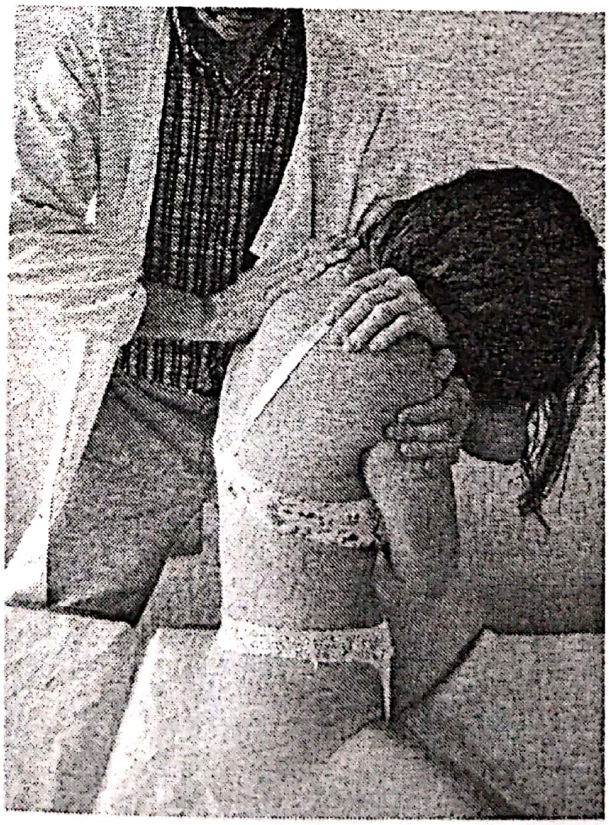


Foto 57. *Flexiune dorsală*

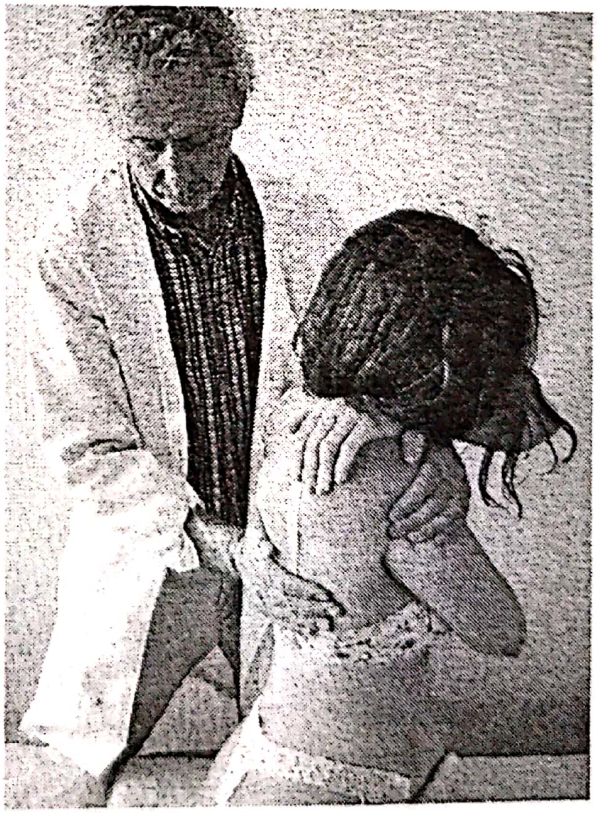


Foto 58. *Extensie dorsală*

Scanned with OKEN Scanner

A treia acțiune: flexiune laterală

• Această manevră constă într-o flexiune laterală a coloanei rahidiene lombare şi dorsale, în plan frontal, respectând planul sagital, pacientul fiind în poziţia şezut.

• Această acţiune cuprinde şase flexiuni laterale efectuate alternativ, una la dreapta, una la stânga.

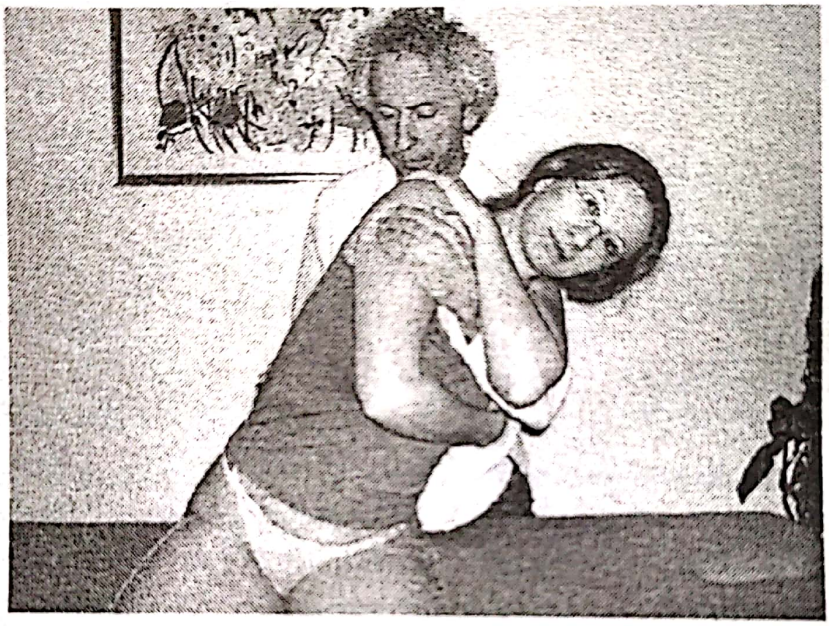


Foto 59. *Flexiune laterală vertebrală la stânga*

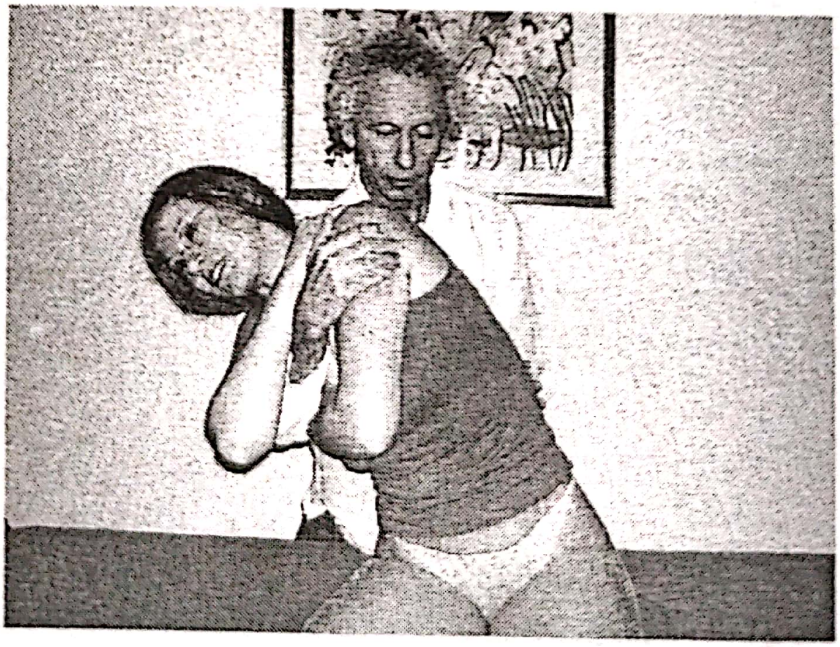


Foto 60. *Flexiune laterală vertebrală la dreapta*

Scanned with OKEN Scanner

A patra acţiune: torsiune globală

- Acest procedeu constă în torsionarea coloanei rahidiene lombare şi dorsale, respectând planul sagital, pacientul fiind aşezat în poziţia decubit dorsal, cu mâinile încrucişate pe piept.
- Menţineţi torsiunea timp de 30 de secunde pe fiecare parte.

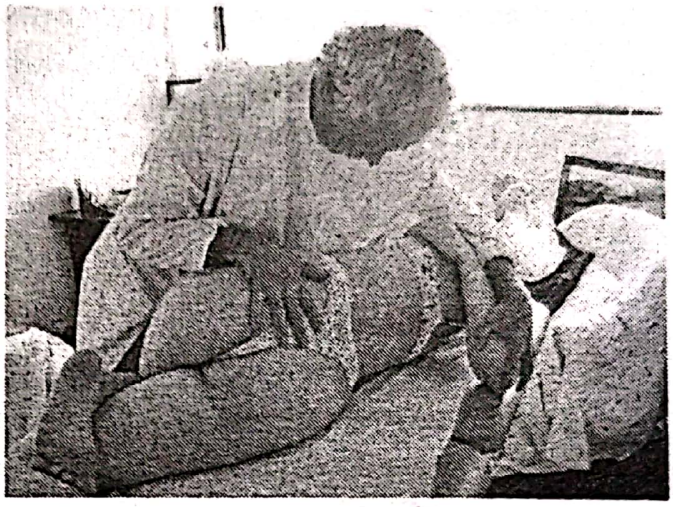


Foto 61. *Torsiune vertebrală globală*

A cincea acţiune: mobilizarea globală a coloanei rahidiene cervicale fără corectare

- Pacientul este aşezat în poziţia decubit dorsal. Această manevră constă în efectuarea unei rotaţii spre dreapta, apoi spre stânga, revenirea în poziţia neutră, efectuarea unei flexiuni, apoi a unei extensii, revenirea în poziţia neutru, efectuarea unei flexiuni laterale la dreapta, apoi la stânga, revenirea în poziţia neutră. Aceasta este o secvenţă.
- Efectuaţi trei secvenţe complete.

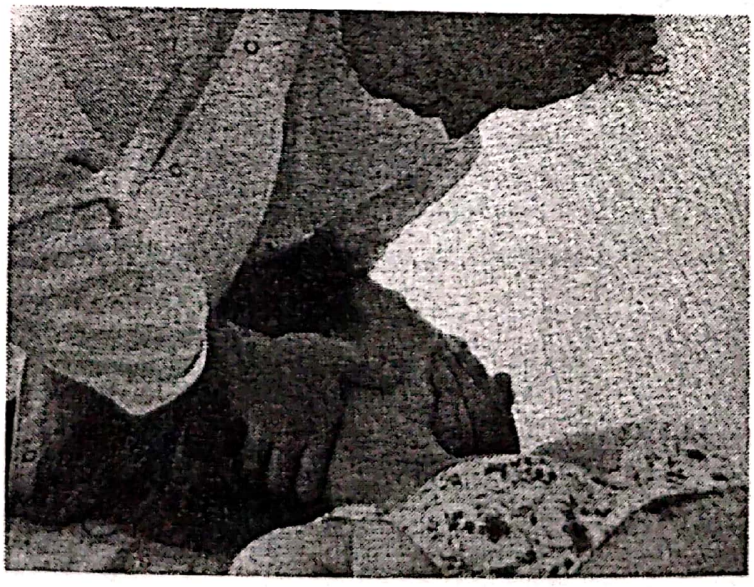


Foto 62. *Mobilizarea globală a coloanei rahidiene cervicale fără corectare*

Scanned with OKEN Scanner

A șasea acțiune: întinderea coloanei rahidiene cervicale în axă

- Pacientul este aşezat în poziţia decubit dorsal. Această manevră constă în efectuarea unei întinderi, plasând segmentul cervical în poziţie neutră. Întindem uşor, menţinând tracţiunea timp de 10 secunde, apoi eliberăm.
- Apoi rotim capul spre dreapta, respectând cu stricteţe planul sagital, întindem uşor, menţinând tracţiunea timp de 10 secunde, apoi eliberăm şi aplicăm aceeaşi manevră la stânga.

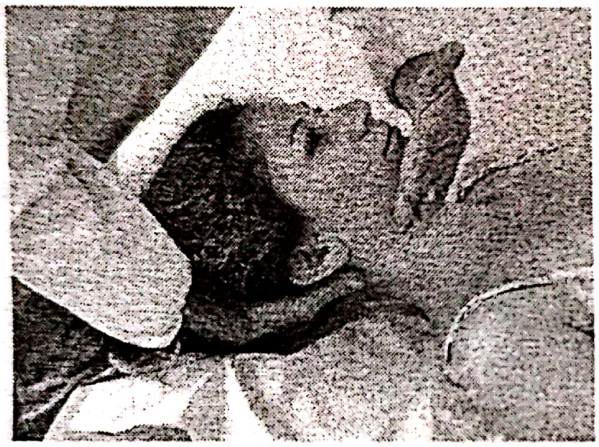


Foto 63. *Întindere neutră a coloanei rahidiene cervicale în axă*

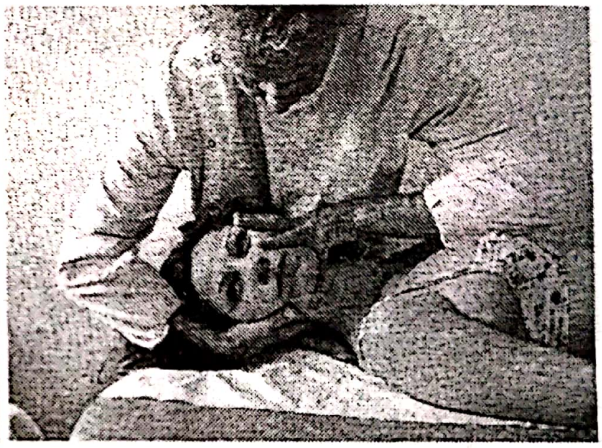


Foto 64. *Întindere în rotaţie a coloanei rahidiene cervicale în axă*

B. *Masajul abdomenului și al toracelui*

Vom practica acest masaj în două cazuri:

- în cadrul unui masaj general de relaxare;
- în cadrul unor indicaţii mai localizate: atrofie sau atonie a ţesuturilor, sindroame Bi de reducere a respiraţiei, tulburări de asimilare a alimentelor şi de eliminare a reziduurilor alimentare, supraîncărcare, stres, tulburări ale termoreglării.

De o manieră generală, masajul toracelui va fi mai puţin apăsat decât cel al abdomenului; în ceea ce îl priveşte, acesta va respecta sensul fiziologic al parcursului alimentar şi fecal, deoarece orice acţiune întreprinsă asupra abdomenului are incidenţă asupra viscerelor. În orice caz, acţiunea va fi lentă, uşoară şi regulată.

Scanned with OKEN Scanner

Anatomia energetică a toracelui şi abdomenului

Meridiane ascendente

- Vasul de Concepţie Ren Mai, situat de-a lungul axului ventral median pe care îl depăşeşte cu 0,5 cun, pe de o parte şi alta a lăţimii lui.
- Meridianul Splinei.
- Meridianul Ficatului.
- Meridianul Rinichilor.

• Aceste trei meridiane acoperă toracele şi abdomenul, cu excepţia meridianului ficatului care se opreşte la al şaselea spaţiu intercostal.

Meridiane descendente

- Meridianul Stomacului, care parcurge vertical întregul torace şi abdomenul.
- Meridianul Vezicii biliare, care parcurge flancul toracic şi abdominal.

Meridianul centură

Vasul Extraordinar Dai Mai, care parcurge partea din abdomen de la vârful coşului pieptului (a unsprezecea coastă) la fosa iliacă.

Protocol de masaj general torace/abdomen

Durată: 30 de minute.

1. Tuina

Prima acţiune: masajul punctelor bilaterale

- 2 Plămâni, situat sub marginea externă a claviculei.
- 17 Vase de Concepţie, situat pe stern, la jumătatea distanţei dintre cele două mameloane.
- 6 Vase de Concepţie, situat la 1,5 cun sub ombilic.

Scanned with OKEN Scanner

- 13 Ficat, situat la extremitatea celei de-a unsprezecea coaste (masaţi doar sub ea).

- Aceste puncte sunt masate timp de aproximativ două minute în Lo Fa.
- Începem apoi acţiunile de masaj al abdomenului şi al toracelui.

A doua acţiune: masajul Tui Fa global asupra abdomenului

Pentru a efectua în mod corect această manevră, practicianul trebuie să se plaseze la capul pacientului şi să aplice Tui Fa cu palma, cu degetele unite. În această poziţie, Tui Fa poate fi practicat fără inconveniente, printr-o acţiune de tragere.

- Sens general al manevrei : din partea dreaptă a pacientului spre partea stângă.
- Acest Tui Fa este uşor, lent, presiunea fiind de aproximativ 100 de grame.
- *Traiect* : pleacă din punctul situat la dreapta, la mijlocul liniei care uneşte spina iliacă antero-superioară şi ombilicul (acest punct, care se găseşte pe ileocecum, corespunzând şi punctului 27 Stomac), ajunge până la marginea costală inferioară dreaptă, merge de-a lungul ei, trece la 1,5 cun deasupra ombilicului, de-a lungul marginii costale drepte până la unghiul colic stâng, coboară până la nivelul central al fosei iliace stângi, ajunge la nivelul central al fosei iliace drepte pentru a se reîntoarce la punctul iniţial.
- Această acţiune este repetată timp de aproximativ 10 minute.
- Ea favorizează circulaţia Qi-ului, a lichidelor şi a materiilor.

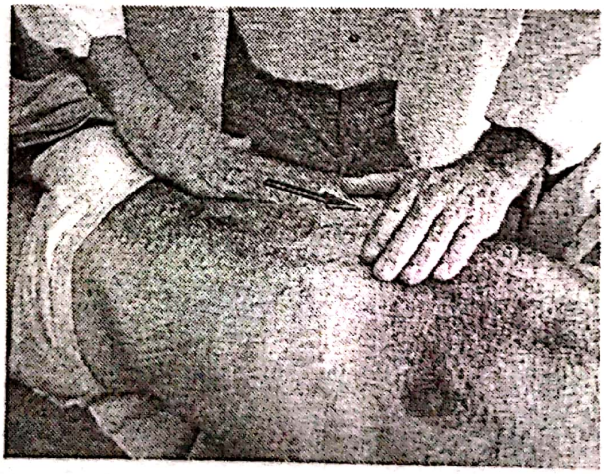


Foto 65. *Tui Fa global asupra abdomenului 1*

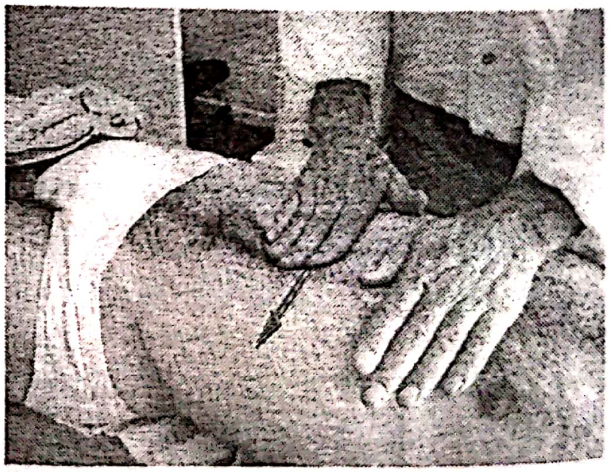


Foto 66. *Tui Fa global asupra abdomenului 2*

Scanned with OKEN Scanner

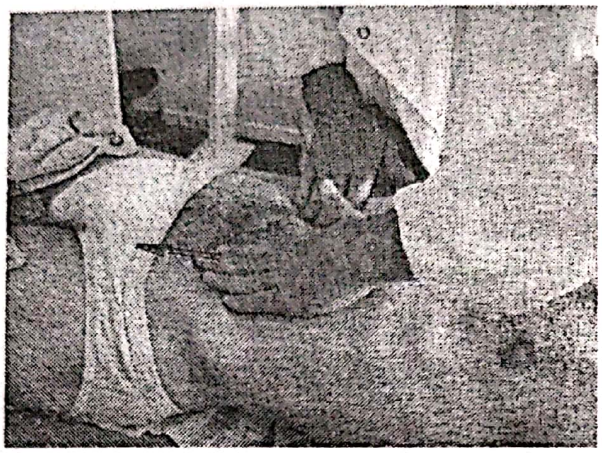


Foto 67. *Tui Fa global asupra abdomenului 3*

Foto 68. *Tui Fa global asupra abdomenului 4*

A treia acţiune: masajul Pai Fa/Zheng pe traiectul general de mai sus

- Această manevră este uşoară şi nu trebuie în nici un caz să fie dezagreabilă ; presiunea este mai mică de 100 de grame.
- Tehnica este uşoară : o tapotare uşoară pe abdomen cu degetele unite şi, păstrând contactul, efectuăm o vibraţie timp de trei secunde.
- Această acţiune trebuie repetată timp de aproximativ 5 minute.
- Ea permite armonizarea fluxurilor şi activarea uşoară a stagnărilor.

A patra acţiune: masajul Tui Fa asupra toracelui

- Ca în cazul Tui Fa-ului aplicat asupra abdomenului, practicianul se va plasa la capul pacientului.
- Manevrele sunt efectuate simultan în ambele părţi, fiecare mână executând aceeaşi mişcare.
- Se lucrează cu palma, cu degetul mare şi cu eminenţa tenară.
- Presiunea va fi mai mică de 50 de grame.
- *Traiect* : se porneşte de la apendicele xifoid, cu degetele unite, Tui Fa până la marginea laterală a cutiei toracice, se coboară spre părţile laterale, se ajunge din nou la punctul iniţial fără încetarea manevrei, apoi se ridică un deget şi se repetă manevra.
- Mamelonul nu este masat.
- Această acţiune este repetată într-un interval de aproximativ 10 minute.
- Ea favorizează destinderea şi relaxarea musculară.

Scanned with OKEN Scanner

C. *Masajul membrelor*

Cele patru membre sunt piesele-cheie ale mişcării.

Este cuprind numeroase meridiane principale, iar extensiile tendino-musculare ale fiecăruia face posibilă motricitatea. Prin urmare, acestea vor fi obiectul tuturor gesturilor de masaj, mai puţin Tuina punctelor, fiind plasate pe meridianele principale.

Masarea membrelor este indicată în următoarele cazuri:

- tulburări ale meridianelor: Tuina asupra punctelor şi Dong Fa asupra articulaţiilor;
- tulburări ale aparatului locomotor: Tuina asupra extensiilor tendino-musculare şi Dong Fa asupra articulaţiilor;
- patologii interne: Tuina asupra punctelor şi Dong Fa asupra articulaţiilor şi asupra organelor.

Anatomia energetică a membrului superior

Meridiane centrifuge

- Meridianul Plămânilor, parcurgând faţa antero-internă a membrului superior.
- Meridianul Inimii, parcurgând faţa postero-internă a membrului superior.
- Meridianul Stăpânul Inimii, parcurgând faţa postero-internă a membrului superior.

Meridiane centripete

- Meridianul Intestinului subţire, parcurgând faţa posterioară a membrului superior.
- Meridianul Triplului Focar, parcurgând faţa posterioară a membrului superior.
- Meridianul Intestinului gros, parcurgând faţa antero-externă a membrului superior.

Protocol de masaj al membrului superior

Durată: aproximativ 30 de minute pentru fiecare membru.

Scanned with OKEN Scanner

1. Tuina

Prima acțiune: masajul punctelor bilaterale (2 minute)

- 4 Intestin gros, situat în unghiul format de primul şi al doilea metacarpian, la 0,5 cun spre al doilea.
- 6 Stăpânul Inimii, situat la 2 cun deasupra plicii interne a încheieturii mâinii şi 5 Triplul Focar, situat la 2 cun deasupra plicii externe a încheieturii mâinii ; aceste două puncte sunt masate simultan.
- 11 Intestin gros, situat la mijlocul distanţei între vârful epicondilului şi marginea externă a plicii cotului şi 5 plămâni, situat în plica externă a cotului pe tendonul bicepsului brahial ; aceste două puncte sunt masate simultan.
- 1 Inimă, situat în centrul fosei axilare.

A doua acțiune: masajul mâinii

- Dong Fa întindere în ax şi Dong Fa rotaţie pe fiecare deget ; aceste manevre sunt aplicate de şase ori, cu multă precauţie.
- Dong Fa flexiune-extensie globală a degetelor, de şase ori.
- Ya Fa asupra fiecărui deget prin strângere în palmă, de şase ori.
- An Fa asupra întrgii palme timp de zece minute.

A treia acțiune: masajul Na Lo braț și antebraț

- Efectele dorite prin această tehnică sunt dezlipirea ţesuturilor şi dispersia stazelor.
- Se frământă membrul superior pe faţa externă, ridicând degetul spre vârful umărului (acromion) şi pe faţa internă, coborând de la axilă la încheietură.
- Na Lo timp de trei minute pentru fiecare membru.

Foto 69. *Na Lo global asupra fiecărui membru superior*

Scanned with OKEN Scanner

A patra acțiune: masajul Tui Fa braț și antebraț

- Scopul acestui masaj este activarea circulaţiei substanţelor (sânge-energie şi lichid organic) în meridianele ascendente şi descendente ale membrului superior.
- La nivel sangvin, masajul aduce o ameliorare a circulaţiei arteriale şi venoase.
- *Traiect* : o mână porneşte de la fosa axilară şi masează meridianele descendente până la plica internă a încheieturii mâinii, în timp ce a doua porneşte în acelaşi timp de la plica externă a încheieturii mâinii şi masează meridianele ascendente până la acromion. Cele două mâini progresează cu aceeaşi viteză şi se întâlnesc, în mod normal, în zona cotului.
- Tui Fa timp de trei minute pentru fiecare membru.

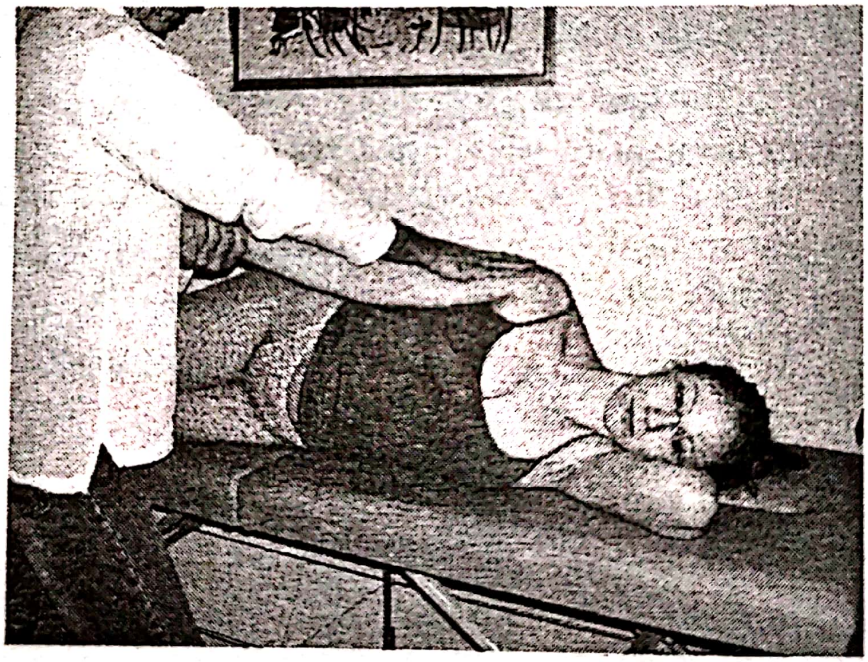


Foto 70. *Tui Fa global la membrul superior*

2. Dong Fa

Prima acțiune: întinderea în axul degetelor și pomparea articulară

Această manevră constă în efectuarea alternativă a unei tracţiuni şi a unei apăsări pe fiecare deget al mâinii, lucrându-se fiecare articulaţie de trei ori.

Scanned with OKEN Scanner

A doua acțiune: mobilizări în rotație ale metacarpienelor și carpienelor

Practicianul apucă falangele şi le imobilizează, în timp ce braţul pacientului este întins şi imprimă unele mişcări de rotaţie în opt, care mobilizează în rotaţie uşoară articulaţiile metacarpo-falangiene şi carpienele.

A treia acțiune: mobilizări ale umărului în rotație
și întinderea capului humeral în ax

Pacientul este aşezat în poziţia decubit ventral. Se imprimă simultan o tracţiune şi o rotaţie în opt asupra ansamblului articular al umărului.

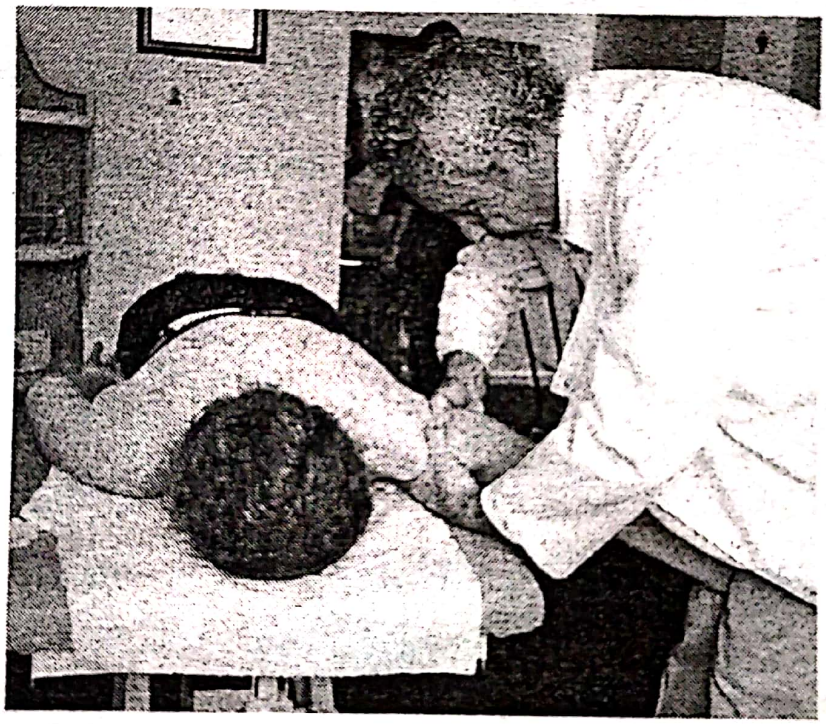


Foto 71. *„Global" la umăr*

Anatomia energetică a membrului inferior

Meridiane centrifuge

- Meridianul Stomacului, parcurgând faţa antero-externă a membrului inferior.
- Meridianul Vezicii biliare, parcurgând faţa latero-externă a membrului inferior.
- Meridianul Vezicii urinare, parcurgând faţa postero-externă a membrului inferior.

Scanned with OKEN Scanner

Meridiane centripete

- Meridianul Splinei, parcurgând faţa antero-internă a membrului inferior.
- Meridianul Ficatului, parcurgând faţa latero-internă a membrului inferior.
- Meridianul Rinichilor, parcurgând faţa postero-internă a membrului inferior.

Protocol de masaj al membrului inferior

Durată : aproximativ 30 de minute pentru fiecare membru.

1. Tuina

Prima acţiune: masajul punctelor bilaterale (2 minute)

- 3 Ficat, situat la 2 cun deasupra comisurii primului şi a celui de-al doilea deget de la picior.
- 6 Splină, situat la 3 cun deasupra maleolei interne, pe creasta tibială.
- 36 Stomac, situat la 3 cun sub interlinia articulară femuro-tibială şi la 1 cun spre exterior.
- 30 Vezica biliară, situat la 3 cun sub interlinia articulară femuro-tibială şi la 1 cun la exterior ; acest punct este masat în profunzime în An Lo cu cotul.

A doua acţiune: masajul labei piciorului

- Dong Fa întindere transversală a articulaţiilor lui Choppard şi Lisfranc.
- Dong Fa întindere în ax şi Dong Fa rotaţie pe fiecare deget de la picior.
- Dong Fa flexiune-extensie globală a degetelor de la picior, de şase ori.
- Tuina An Lo pe întreaga talpă prin cuprinderea acesteia cu cele două mâini.

Scanned with OKEN Scanner

Foto 72. *Tuina An Lo la laba piciorului*

A treia acțiune: masajul Na Lo picior și coapsă

- Efectele Na Lo-ului sunt dezlipirea şi dispersia.
- Se frământă membrul inferior pe faţa externă, coborând din partea superioară a coapsei (trohanterul mare) la gleznă şi pe faţa internă, urcând de la gleznă la regiunea inghinală.

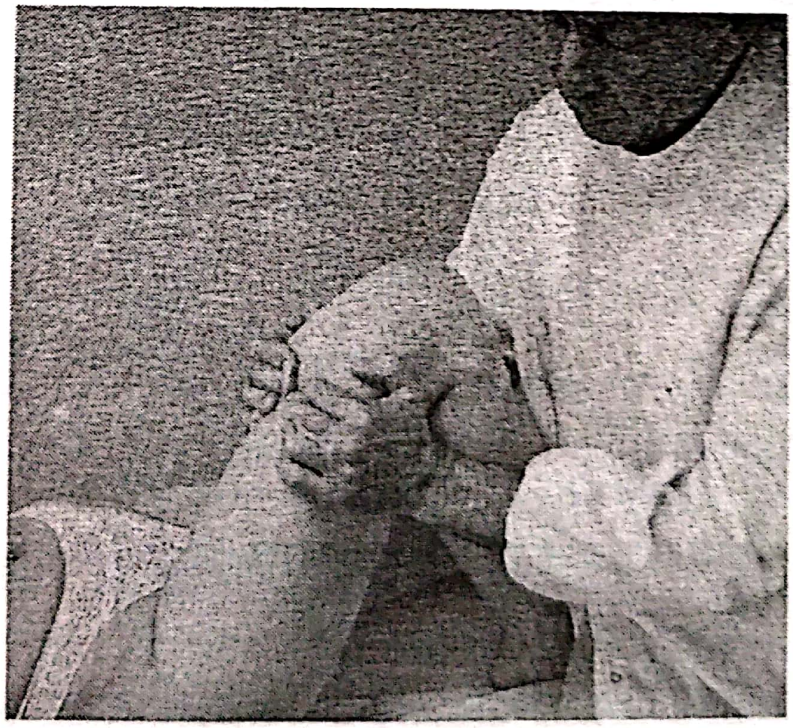


Foto 73. *Na Lo global la membrul inferior*

Scanned with OKEN Scanner

A patra acțiune: masajul Tui Fa gamba și coapsă

- Scopul acestui masaj este drenarea lichidelor stagnante şi a Qi-ului membrului inferior.
- *Traiect*: acest masaj este efectuat în două segmente, mai întâi gamba, apoi coapsa.
- O mână masează interiorul gambei, urcând de la gleznă la genunchi, în timp ce cealaltă masează exteriorul gambei, coborând de la genunchi la gleznă.
- Apoi, o mână masează interiorul coapsei, urcând de la genunchi la zona inghinală, în timp ce cealaltă mână masează exteriorul coapsei, coborând de la trohanterul mare la genunchi.

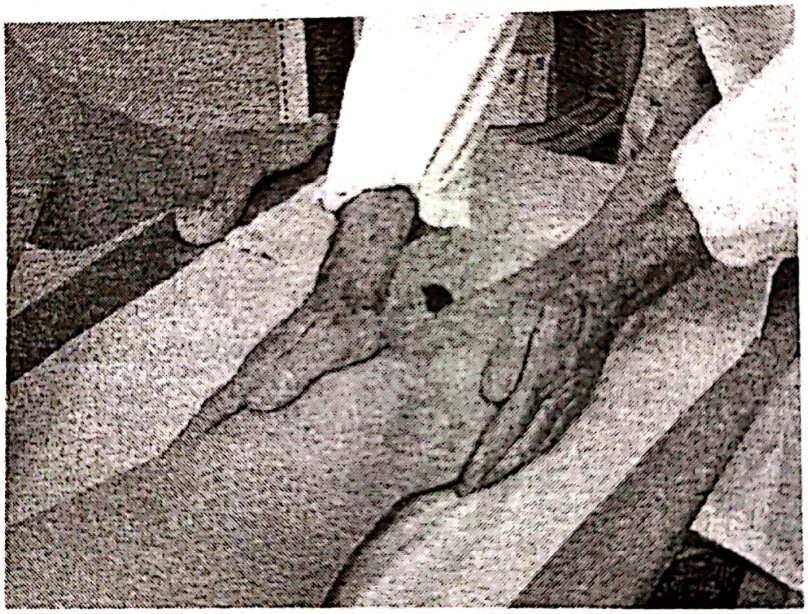


Foto 74. *Tui Fa global la membrul inferior*

2. Dong Fa

Prima acțiune: întinderea piciorului în ax

Cu pacientul aşezat în poziţia decubit dorsal, se efectuează o tracţiune a piciorului în poziţie neutră, în axul femural, menţinând tracţiunea timp de 30 de secunde pe o parte, apoi pe alta.

A doua acțiune: rotații femuro-iliace

Aici trebuie aplicate mişcări rotative în tracţiune uşoară pe articulaţia ileo-femurală, timp de 30 de secunde pe fiecare parte.

Scanned with OKEN Scanner

D. *Masajul capului (craniu și față)*

Tuina

Capul este o parte a corpului extrem de reactivă la masaj, indicaţiile acestuia fiind vaste. Totuşi, tehnicile aplicate pe aceste două zone ale capului sunt foarte diferite, din cauza mai multor diferenţe specifice :

- natura ţesuturilor (pielea sau scalpul) ;
- funcţiile (expresia în cazul feţei şi suportul părului în cazul craniului) ;
- sensibilitate a unei zone sau a alteia, proprie fiecărei persoane ;
- prezenţa, pe craniu, a numeroase puncte aliniate vezicii urinare, vezicii biliare şi Vasului Guvernator Du Mai ;
- elementele afective legate de cele două zone.

Faţa şi craniul se pot masa individual sau în cadrul unui masaj mai global. În acest ultim caz, este preferabil să se înceapă cu partea inferioară a feţei şi să se termine cu partea superioară a craniului.

Protocol de masaj față/craniu

Durată : aproximativ 15 minute.

Prima acțiune: masajul punctelor bilaterale în afara meridianelor, în această ordine (1 minut):

- 4S ;
- 20IG ;
- 18IS ;
- 19IS ;
- 1Vu ;
- Tai Yang PE2 ;
- Yin Tang PE1.

A doua acțiune: masajul punctelor craniului în Mo Fa/Tui Fa, în această ordine:

- 24Du Mai 1 minut ;
- Tui Fa până la 14Vb ;

Scanned with OKEN Scanner

- 14Vb 1minut ;
- Tui Fa până la 8Vb ;
- 8Vb 1 minut ;
- Tui Fa până la 20Vb ;
- 20Vb 1 minut ;
- Tui Fa până la 20 Du Mai ;
- 20 Du Mai 1 minut, punct final al protocolului general.

Foto 75. *Tuina asupra punctelor craniului*

4. Diferite protocoale specifice

A. *Activarea sistemelor vitale*

Sistemul circulator sangvin

Protocol

- *Stimularea sistemului circulator principal*
- *Aparatul cardiovascular*

Inima : Lo Fa pe 9I (la 0,1 cun în spatele marginii ungveale interne a degetului mic) şi 15Vu (la 1,5 cun sub apofiza spinoasă D5) timp de 7 minute fiecare.

Scanned with OKEN Scanner

- *Aparatul cardiorespirator*

Plămâni : Lo Fa pe 9P (la baza osului trapez) şi 13Vu (la 1,5 cun sub apofiza spinoasă D3) timp de 7 minute fiecare.

- *Stimularea sistemului circulator secundar*

Splină : Lo Fa pe 6Sp (3 cun deasupra maleolei interne, pe linia osoasă tibială internă) şi 20Vu (1,5 cun sub apofiza spinoasă D11) timp de 7 minute fiecare.

Ficat : Lo Fa pe 8F (asupra muşchiului semimembranos, deasupra plicii de flexiune a genunchiului) şi 18Vu (la 1,5 cun sub apofiza spinoasă D9) timp de 7 minute fiecare.

Meridiane tendino-musculare : Tuifa în sensul meridianelor.

Pompă podologică : activare manuală.

Sistemul digestiv

Protocol

Acest masaj trebuie realizat înainte de masă. Este recomandat pentru reglarea poftei de mâncare şi pentru ameliorarea digestiei globale, adică transformarea nutrimenţilor, asimilarea energiei nutritive şi gestionarea reziduurilor alimentare. Protocolul constă în efectuarea manevrelor de tonifiere în Lo Fa timp de şapte minute în următoarele puncte :

- predigestia bucală ;
- 21R umidificare şi secreţii bucale, situat la 1 cun sub apendicele xifoid şi la 0,5 cun în exterior ;
- 21S regulator psihonutriţional, situat la mijlocul distanţei dintre apendicele xifoid şi ombilic, la 2 cun în exterior.

Apoi se armonizează organele digestive pe cupluri, tonifiind Yang-ul organelor Yin şi Yin-ul organelor Yang :

- 12VC, situat la mijlocul distanţei dintre apendicele xifoid şi ombilic, pe linia mediană ficat/vezică biliară ;
- 8F, situat pe muşchiul semimembranos, deasupra plicii de flexiune a genunchiului ;
- 24Vb, situat pe verticala mamelonului (al patrulea EIC), în al şaptelea EIC ;
- canalul intestinal IS/IG/4VC, situat la 3 cun sub ombilic, pe linia mediană ;

Scanned with OKEN Scanner

- 25S, situat la 2 cun în exteriorul ombilicului ;
- rinichi/vezică urinară 7R, situat la 2 cun deasupra maleolei interne şi la 1 cun în interiorul tibiei ;
- 3VC, situat la 4 cun sub ombilic, pe linia mediană.

Sistemul circulator respirator

Protocol

Acest masaj are ca scop atât favorizarea mişcărilor respiratorii, cât şi constituirea Xiong Qi-ului. Cele mai potrivite momente când poate fi efectuat sunt :

- în timpul digestiei şi
- între orele 17 şi 19.

Principiu : efectuarea unui masaj de tonifiere în Lo Fa timp de şapte minute sau de dispersie în An Lo timp de trei minute asupra următoarelor puncte :

- stimularea Yang-ului plămânilor : 9P, situat la baza osului trapez ;
- eliberarea cutiei toracice (dispersia meridianelor toracelui) :
  - 2F, situat între primul şi al doilea deget de la picior ;
  - 44S, situat între al doilea şi al treilea deget de la picior ;
  - 1R, situat în centrul tălpii piciorului ;
  - 38Vb, situat la 4 cun deasupra maleolei externe, pe marginea anterioară a peroneului.
- armonizarea axei Taiyin (plămâni – splină) :
  - 7P, situat pe osul radiusului, la 0,5 cun deasupra apofizei stiloide radiale ;
  - 21Sp, situat în al şaselea EIC.
- armonizarea energiei renale (Yin-Yang) : 23Vu, 25Vb, situat chiar sub extremitatea liberă a celei de-a douăsprezecea coaste, la limita antero-posterioară a Tae Mo-ului.

B. *Masajul în cadrul tratamentului dependenţei (de tutun, alcool, droguri)*

Acţiunea terapeutică prin masajul tradiţional chinez are loc pe trei axe :

- ajutarea persoanei dependente în perioada de consum ;

Scanned with OKEN Scanner

- ajutarea persoanei dependente în perioada de sevraj ;
- tratamentul simptomatic şi de fond al consecinţelor.

Ne interesează perioada de sevraj, în timpul căreia masajul aduce un sprijin preţios în dinamismul organelor, în echilibrul psihocorporal şi în funcţiile naturale de drenaj.

Perioadele de consum şi de postsevraj fac obiectul unor studii specifice ale Colegiului de Medicină Orientală.

Ele necesită protocoale stricte şi adesea de lungă durată.

Fenomenul de dependenţă

Dependenţa este o situaţie de îngrădire a libertăţii de a fi.

Ne naştem fără dependenţe extrafiziologice. Nevoile vitale ale organismului asigură în acelaşi timp :

- supravieţuirea ;
- bucuria de a fi ;
- capacitatea de a face şi de a crea.

Vorbim despre dependenţă din momentul în care funcţionarea organismului şi a spiritului presupune concursul obligatoriu al unui element exterior.

Tocmai acest caracter de necesitate, de constrângere creează dependenţa.

Există dependenţe faţă de persoane, de situaţii, de obiecte sau de substanţe.

Acestea din urmă sunt mai grave atunci când este vorba despre substanţe nocive, deoarece ele aduc un prejudiciu major sănătăţii.

Dependenţa faţă de substanţe nocive presupune un stadiu paradoxal în care se împletesc doi factori contradictorii care întreţin această situaţie :

Plăcerea

Nevoia compulsivă de consum este produsă de satisfacţia dată de plăcerea oferită de produs (care se substituie mediatorilor chimici, adică Qi-ul sănătos care circulă la nivelul celulelor nervoase) şi de o altă formă de plăcere, legată de descoperirea unor noi moduri de percepţie şi unor senzaţii noi.

Scanned with OKEN Scanner

Aceste plăceri, dincolo de simplul lor caracter agreabil, compensează neplăcerile provocate de substanţele nocive şi, mai ales, o eventuală problemă psihosocială.

Mai devreme sau mai târziu, ele devin nişte nevoi, în funcţie de substanţa în cauză, şi, în orice caz, participă la întreţinerea dependenţei.

Suferința

Orice consum de tutun, alcool sau de diferite droguri implică, după caz, o intoxicare, adică o patologie energetică cu un surplus de substanţe otrăvitoare localizate la nivelul sângelui, în ficat şi uneori în plămâni sau în intestinul subţire.

Funcţiile de drenaj sunt blocate şi organismul este saturat.

În acest caz, operaţiile normale de secreţie şi de excreţie sunt încetinite, unele fiind chiar stopate.

Prezenţa substanţelor toxice în sânge produce rapid o acţiune iritantă generalizată la nivelul întregului organism, inclusiv în creier. Consecinţele sunt : diferite dureri, senzaţii de disconfort, iritabilitate, oboseală etc. – adică exact contrariul plăcerii pe care subiectul o doreşte.

„Cele trei închisori”

Dependenţa de substanţe nocive are trei puncte de fixare, numite uneori „cele trei închisori” :

- dependenţa fizică ;
- dependenţa psihică ;
- automatismele.

Dependența fizică

Orice consum al unei substanţe nocive cu o importantă putere stimulatorie a Yang-ului (tutun, alcool, diferite droguri) acţionează ca element perturbator al echilibrului fiziologic.

Eliberarea neurotransmiţătorilor sinaptici este inhibată, contactul interneuronal fiind înlocuit cu o excitaţie paroxistică a celulelor nervoase iritate, ceea ce înseamnă că substanţele Yin sunt deficitare şi că activitatea Yang nu mai este controlată.

Scanned with OKEN Scanner

Orice dinamism trebuie provocat în mod artificial şi este întotdeauna urmat de o perioadă de vid, de depresie prin epuizarea substanţelor vitale.

Subiectul trece astfel sub controlul unor forţe anarhice din organism, de care este, de acum înainte, dependent.

Dependenţa psihică

Independent de cauzele psihice care l-au condus pe subiect la consumul acestor substanţe, dependenţa fizică produce întotdeauna angoasă de diferite intensităţi, pe un fond permanent de culpabilitate şi pe fondul unui sentiment de inferioritate pe care subiectul încearcă să-l şteargă prin continuarea consumului.

Însăşi viaţa socială a subiectului depinde de produsul în cauză care îl va „stimula", făcându-l astfel, în mod iluzoriu şi în acelaşi timp provizoriu, „mai sigur de sine".

Şi, în tot acest timp, Shen-ul rătăceşte în căutarea unui adăpost, iar mintalul trece de la excitare la depresie, fără a-şi găsi liniştea.

În termenii psihologiei chineze (Xin Li), avem de-a face cu un tablou al stagnării Qi-ului mintal, cu o insuficienţă a Qi-ului inimii şi a Qi-ului rinichilor şi cu o lipsă de armonie a celor două organe.

Această suferinţă mintală, morală şi afectivă, mai mult sau mai puţin conştientă, nu este calmată decât de substanţele care au produs-o, ironie a sorţii şi cerc infernal din care nu se poate ieşi decât cu preţul unei alte suferinţe : sevrajul.

Subiectul renunţă la luptă, micşorându-şi astfel Qi-ul mintal, deci voinţa, ceea ce facilitează dependenţa psihică faţă de produs.

Automatismele

Administrarea repetată de substanţe nocive, al cărei motor este satisfacerea plăcerii „perturbate", structurează mecanismul gestului specific care însoţeşte consumul. Acest lucru are ca efect slăbirea dorinţei de a refuza substanţa, adică mărirea frecvenţei sau cantităţii prizelor şi, prin urmare, întărirea dependenţei.

Instalarea automatismelor este periculoasă deoarece progresează repede şi scapă deseori de sub orice control al conştiinţei.

Astfel, subiectul începe să consume în mod necompulsiv şi nu mai simte dorinţa care însoţeşte administrările compulsive. Gestul său se banalizează, iar sentimentul de automutilare care ar putea naşte ideea de renunţare totală se diluează încetul cu încetul.

Scanned with OKEN Scanner

Sevrajul

Numim „sindrom de sevraj" ansamblul simptomelor provocate de stoparea bruscă a consumului unei substanţe psihotrope. El variază în formă şi intensitate nu numai în funcţie de substanţele şi dozele consumate, dar şi în funcţie de subiect şi de contextul sociocultural în care acesta se găseşte (în închisoare, la spital, acasă).

Vorbim despre sevraj atunci când renunţarea la consumul unei substanţe (alcool, amfetamină, cocaină, nicotină, medicamente pe bază de opiu, sedative hipnotice şi sedative anxiolitice) sau diminuarea acestuia duce la o modificare comportamentală de inadaptare cu repercusiuni fiziologice (de exemplu, creşterea tensiunii arteriale, a frecvenţei respiratorii, a pulsului şi a temperaturii corporale) şi cognitive.

Sevrajul este perioada în care persoana dependentă traversează diferitele etape prin care se deschid „cele trei lacăte".

De fiecare dată, ieşirea din „cele trei închisori" are loc după o schemă identică, însă nu garantează libertatea definitivă, care nu poate fi obţinută decât printr-un bun echilibru al funcţiilor energetice şi printr-o vigilenţă permanentă.

„Cele trei lacăte" trebuie deschise în acelaşi timp dacă se doreşte un risc minim de recidivă.

Şi aceasta deoarece fiecare dintre „cele trei închisori" este alimentată de celelalte.

Simptomele de sevraj sunt în cea mai mare parte opusul celor observate în cazul intoxicării cu aceeaşi substanţă. Cu cât durata de acţiune a substanţei este mai lungă, cu atât va fi mai întârziată apariţia simptomelor de sevraj şi cu atât mai lung va fi sevrajul. Este de la sine înţeles că, dacă persoana în cauză ar consuma mai multe substanţe, interacţiunile dintre ele ar complica şi mai mult sevrajul.

Simptomele cele mai intense de sevraj încetează de obicei la câteva zile sau chiar la câteva săptămâni după încetarea consumului. Alte simptome pot dura până la câteva săptămâni sau chiar luni. Dacă simptomele persistă, atunci trebuie luată în calcul o tulburare mintală primară (fără legătură cu medicamentaţia).

Stoparea bruscă a consumului anumitor substanţe psihotrope luate în mod regulat sau susţinut poate fi foarte periculoasă sau chiar mortală.

Scanned with OKEN Scanner

Astfel, sevrajul provocat de sedativele anxiolitice şi de somnifere trebuie să aibă loc cu acordul şi sub supravegherea unui specialist.

În cadrul procesului de sevraj, sindromul de „lipsă" este susţinut de inhibarea secreţiilor naturale de hormoni şi neurotransmiţători care acţionează în mod normal asupra sistemului nervos. Pentru a lupta împotriva acestei încetiniri, subiectul este obligat să pună în mişcare modalităţi importante de stimulare.

Hiperactivitatea lor, în absenţa brutală a elementelor produse de droguri, este la originea efectelor secundare ale sevrajului.

Sevrajul este o etapă inconturnabilă care va permite iniţierea procesului de drenaj al toxinelor fizice şi psihice, dar şi oprirea automatismelor.

Sevrajul este şi perioada în care subiectul devine mai conştient de ceea ce a făcut şi de aceea ce trebuie să facă în continuare.

Toate acestea fac sevrajul dureros şi dificil de dus până la capăt.

Aici intervine masajul tradiţional chinez care, prin efectele sale regulatoare, aduce un sprijin extrem de eficient în perioada de sevraj.

Pentru a fi încununată de succes, orice stopare a consumului de tutun, alcool sau droguri trebuie să fie fructul unei decizii mature.

Este absolut necesar ca ideea să fi progresat suficient în mintea consumatorului pentru a nu decide într-o zi ceea ce ar putea fi uitat câteva zile mai târziu, cu riscul iminent pe care senzaţia de eşec îl presupune.

În primă instanţă, este indicat să se prevadă o perioadă de presevraj în timpul căreia subiectul va micşora consumul şi va medita la toate elementele în cauză : pe de o parte, avantajele pe care le are consumând aceste otrăvuri şi, pe de altă parte, cele care rezultă din renunţarea la ele.

Această fază poate dura uneori mai multe luni, de-a lungul cărora e recomandată îngrijirea prin masaj.

Faza de sevraj propriu-zisă începe odată cu renunţarea totală la consum. O singură priză îl obligă pe subiect să ia de la capăt perioada de sevraj.

În timpul sevrajului este bine ca subiectul să fie încurajat şi să i se arate că este pe punctul de a câştiga o bătălie majoră în lupta cu sine, care îl va întări şi îl purifica în acelaşi timp.

Frustrarea provenită din sevraj va fi compensată de plăcerea trezirii organismului.

Alimentaţia va cuprinde multe fructe, legume proaspete sau uscate şi peşte.

Scanned with OKEN Scanner

Ședința de masaj în sprijinul sevrajului

Protocol de masaj comun tuturor tipurilor de sevraj:

a) Decubit dorsal: Tui Fa pe Meridianul Rinichilor, de 12 ori. *Scop*: reducerea pierderilor de energie renală.
b) Decubit dorsal: Tui Fa pe Tao Mo-ul ventral, de 12 ori. *Scop*: mobilizarea Yang-ului primitiv.
c) Decubit ventral: Tui Fa pe Meridianul Vezicii urinare, de 12 ori. *Scop*: ameliorarea distribuţiei de Yang în organe.
d) Decubit ventral: Tui Fa pe Tae Mo-ul dorsal, de 12 ori. *Scop*: mobilizarea Yang-ului primitiv.
e) Masajul punctelor specifice fiecărui sevraj: 3 minute pentru fiecare punct.

Protocol de masaj în sevrajul tabagic
Stimularea funcţiilor drenajului tabagic
Masajul punctelor 5F: drenaj ficat – 18Vu Yang ficat – 7P reglarea umidităţii în plămâni
Stimularea funcţiilor respiratorii
Masajul punctelor 1P: Yin respirator – 13Vu: Yang respirator
Reglarea Qi-ului mintal
Masajul punctelor 6SI: anxietate – 20VG: reglarea Yang-ului mintal

Protocol de masaj în sevrajul alcoolic
Stimularea funcţiilor drenajului alcoolic
Masajul punctelor: 40S: Tan – 9Sp: umiditate – 11IG: drenaj căldură
Controlul vântului în ficat
Masajul punctelor: 20Vb: creşterea Yang-ului hepatic – 1R: Yin renal – 4VC: Yin renal
Calmarea Shen-ului
Masajul punctului 7I

Scanned with OKEN Scanner

Protocol de masaj în sevrajul toxicologic

Atunci când este vorba despre droguri care se fumează, este indicată alternarea protocolului pentru tabagism cu cel pentru toxicomanie, la fiecare şedinţă

Stimularea funcţiilor drenajului toxicologic

Masajul punctelor : 8Vb : eliminarea toxinelor – 36S : reglare – 60Vu : dureri

Stimularea Qi-ului vital

Masajul punctelor : 23Vu : JingQi – 7R : JingQi – 6Sp : sânge – 17Vu : sânge

Calmarea Shen-ului

Masajul punctului 7I

Protocol de tratament prin Tuina al efectelor nefaste ale sevrajului (comun pentru toate intoxicaţiile)

Retenţia hidrică sau stagnarea Tan-ului fluid

Tonifierea punctelor prin An Lo

- 7R la 2 cun deasupra maleolei interne şi la 1 cun în interiorul tibiei
- 23Vu între apofiza spinoasă a L2 şi L3, la 1,5 cun
- 3TF pe dosul palmei, între al patrulea şi al cincilea deget, în spatele articulaţiei metacarpo-falangiene

\+ drenajul lichidelor

Insomnie/nervozitate

Dispersia prin Lo Fa

- 2F în mijlocul zonei interfalangiene a primului deget de la picior

Anxietate/senzaţie de lipsă/greaţă

Tonifierea punctelor prin An Lo

- 6SI la 3 cun deasupra plicii de la încheietura mâinii
- 8Vb punct de dezintoxicare situat la 1 cun deasupra marginii pavilionului urechii

Reglarea poftei de mâncare

Tonifierea punctelor prin An Lo

- 36S

Scanned with OKEN Scanner

Ședința de masaj în tratamentul consecințelor dependenței toxice

Protocol de masaj în cazul dezechilibrelor energetice în sindromul dependenței tabagice

Tablouri patologice de mai jos sunt la originea tuturor marilor patologii – consecinţe ale tabagismului (cancer, arterioscleroză obstructivă a membrului inferior, cardiopatii, pneumopatii, tuberculoză respiratorie, sterilitate, artrite etc.).

Ele sunt responsabile de toate acestea, la niveluri diferite şi, în unele cazuri, sunt asociate cu alte tablouri patologice sistemice.

Acţiunea masajului are în vedere doar tablouri de fond, adică cele prezentate aici.

Plenitudinea patogenă vânt-căldură în plămâni

Temperatura internă de combustie a unei ţigări este de aproximativ 900°C!

Ar putea părea inutil să comentăm efectele unei asemenea agresiuni termice asupra unui organ aflat în contact cvasidirect cu exteriorul.

Concentraţia puternică transformă căldura în factor patogen extern. Acest lucru poate avea diverse consecinţe patologice :

- leziuni ale plămânilor (şi ale căilor respiratorii) : arsuri, dezlipire pleurală ;
- încălzirea sângelui în alveole (trombogeneză, infecţii pulmonare, infecţii bronhice şi bucofaringiene, angine) ;
- blocaj al primirii Gu Qi-ului (oboseală şi tulburări în cascadă ale organelor) ;
- perturbarea funcţiilor plămânilor (tablouri patologice) ;
- inversarea circulaţiei Qi-ului plămânilor (tuse cronică cu episoade paroxistice) ;
- scăderea energiei plămânilor prin epuizarea lichidelor şi prin otrăvire (simptome amplificate de vid de energie a plămânilor).

Tratament

- 4IG dispersează vântul-căldură, sudorific.

Scanned with OKEN Scanner

- 7P întăreşte funcţiile de coborâre şi de distribuţie ale plămânilor.
- 20Vb elimină vântul şi factorii patogeni externi.

Vidul de Yin al plămânilor

Simptome

Transpiraţie nocturnă, gură şi gât uscate, tuse seacă cronică, insomnie, piele uscată, febră la suprafaţă.

Tratament

- 14 VG dispersează căldura.
- 1P hrăneşte Yin-ul plămânilor.
- 13Vu hrăneşte Yang-ul plămânilor.
- 6Sp hrăneşte Yin-ul general.

Căldură-plenitudine în intestinul gros

Simptome

Piele uscată, leziuni anale, colite spasmodice, scaun uscat şi constipaţie sau scaun amestecat cu diaree, gură uscată şi senzaţie frecventă de sete.

Tratament

25S şi 11IG elimină căldura din intestinul gros.

Vid de energie a plămânilor

Simptome

Oboseală cvasipermanentă, dispnee, sufocare, prezenţa frecventă a simptomelor cardiace, astm, insuficienţă respiratorie, tuse, voce stinsă, paloare, aderenţe ale ţesuturilor externe şi tendino-musculare, formare de Tan în ţesuturile externe şi tendino-musculare.

Tratament

- 13Vu.
- 1P.
- 12VC.
- 17VC.

Scanned with OKEN Scanner

Căldură-plenitudine în stomac

Simptome

Dureri şi arsuri la stomac, dificultăţi digestive, greţuri care pot duce la vărsături, afte şi leziuni gastro-esofagiene, halenă fetidă, agitaţie, insomnie, bulimie sau anorexie.

Tratament

- 44S.
- 6SI.
- 21S situat la mijlocul distanţei dintre apendicele xifoid şi ombilic, 2 cun spre exterior.

Lezarea Jing-ului

Simptome

Tulburări de creştere, sterilitate, impotenţă parţială sau totală, incontinenţă, pierdere a capacităţilor auditive şi vizuale, malformaţii neonatale şi închiderea întârziată a fontanelelor, îmbătrânire prematură, demineralizare osoasă şi fragilitate a dentiţiei, slăbire a sistemului imunitar, toate tulburările sistemului nervos şi ale măduvei.

Tratament

- 4VC.
- 3R.
- 1R.
- 23Vu.
- 17Vu.

Protocol de masaj în cazul dezechilibrelor energetice în sindromul dependenţei alcoolice

Cele mai frecvente motive de deces din cauza alcoolismului sunt: ciroza, bolile cardiovasculare, bolile respiratorii, accidentele, suicidul.

Consecinţele alcoolismului sunt: ciroza, varicele esofagiene, pancreatitele, polinevrita membrelor inferioare, encefalopatii carenţiale,

Scanned with OKEN Scanner

diabet neinsulino-dependent, hipertrigliceridemie, HTA, tulburări ale ritmului cardiac, miocardiopatie, cancer al tubului digestiv, tulburări ale sistemului nervos şi ale psihismului etc.

La tablourile patologice de mai jos se adaugă căldura-plenitudine a stomacului şi lezarea Jing-ului, prezentate mai sus.

Pierderea energiei splinei

Simptome

Scădere anormală a apetitului, oboseală, scaun moale, slăbire bruscă sau stocare de grăsimi, greţuri, prolaps al stomacului şi al organelor genitale.

Tratament

- 12VC.
- 36S.
- 20Vu între D11 şi D12, 1,5 cun spre exterior.
- 22Vu între L1 şi L2 (dacă alcoolismul a produs edeme).

Căldură-plenitudine în intestinul subţire

Simptome

Agitaţie psihică, afte, dureri în gât, surditate, dureri abdominale, sete, urină închisă la culoare şi uneori urinări dureroase.

Tratament

- I8.
- 5IS în dispersie.
- 39S (1 cun sub jumătatea gambei, 1 cun în exterior).

Foc în ficat

Simptome

Iritabilitate, înroşire a feţei, agitaţie, comportament coleric, constipaţie, cefalee temporală, sete, hipertensiune, epistaxis.

Scanned with OKEN Scanner

Tratament

- 2F.
- 3F.
- 20Vb.

Căldură-umiditate în vezica biliară

Simptome

Greţuri, vărsături, dificultăţi în digerarea grăsimilor, dureri în hipocondru, sete fără dorinţa de a bea.

Tratament

- 12VC.
- 34Vb.
- 18Vu.

Gleră-căldură sau gleră-foc la inimă

Simptome

Agitaţie psihică ce poate duce la delir, palpitaţii, episoade maniaco-depresive, confuzie, insomnie.

Tratament

- I8.
- F2 în dispersie.
- 40S.
- 6Sp sau 7SI.

Protocol de masaj în cazul dezechilibrelor energetice în sindromul dependenţei toxice

Consecinţele toxicomaniei sunt: tulburări de comportament, tulburări de creştere, afecţiuni neurologice, degenerescenţe tisulare, tulburări ale funcţiilor de apărare imunitară, îmbătrânire prematură.

Scanned with OKEN Scanner

Toate aceste tulburări duc la apariţia sindroamelor prezentate mai sus, la care se adaugă întotdeauna o lezare gravă a Jing-ului renal şi la care se pot adăuga tablourile patologice pe care le-am văzut deja.

Aceste consecinţe sunt legate de produsele consumate, dar şi de căile de penetrare a drogurilor (digestiv, sangvin, respirator).

Produsele ingerate lezează organele digestive, produsele inhalate lezează căile respiratorii şi plămânii, iar cele injectate lezează vasele de sânge şi inima.

Pe de altă parte, nu este deloc rară situaţia în care toxicomanii consumă mai multe substanţe, asociate cu tutun şi alcool. De cele mai multe ori, tablourile sunt complexe şi amestecate.

Totuşi, neplăcerile provocate de droguri nu se limitează doar la căile de intrare pe care le folosesc, ci afectează mai ales substanţele şi psihismul.

Leziunile provocate „mării măduvei", adică sistemului nervos în ansamblul său, sunt ireversibile, în marea parte a cazurilor.

Cu mai mult de 300 de miliarde de celule nervoase operaţionale încă din adolescenţă, capitalul nostru neuronal este net superior nevoilor unei vieţi centenare ; astfel, reabilitarea psihismului şi a comportamentului social ale majorităţii toxicomanilor aflaţi în sevraj este posibilă.

Vidul Yin-ului rinichilor şi ficatului

Simptome

Cefalee, sterilitate, apetit sexual crescut, însă vitalitate foarte scăzută, spermatoree, dismenoree, transpiraţie nocturnă abundentă (se întâlneşte şi în cazul intoxicaţiilor medicamentoase), diabet cu sau fără dependenţă de insulină, febră vesperală, dureri lombare, scaune tari, constipaţie deseori gravă, infecţii renale şi şocuri renale care pot ajunge până la insuficienţă renală totală, spaimă şi lipsă de încredere în sine.

Tratament

- 1R.
- 3R.
- 6R.
- 8F.
- 18Vu.

Scanned with OKEN Scanner

Dizarmonie inimă/rinichi

Simptome

Palpitaţii, agitaţie mintală, somn perturbat, tulburări de memorie, ameţeală, acufene, surditate, spermatoree, febră vesperală, anxietate, tristeţe, depresie, fisuri între conştiinţa corpului şi psihism.

Tratament

- 8I.
- Yin Tang.
- 24VG.

C. *Tratamentul picioarelor umflate*

Principala cauză a picioarelor umflate este stagnarea :

- energiei ;
- sângelui ;
- lichidului organic.

Semne comune tuturor tipurilor de picioare umflate : senzaţie dezagreabilă de presiune internă şi oboseală la mers pe jos.

Clasificarea picioarelor umflate, după medicina tradiţională chineză

1. Stagnarea energiei de tip Qi Bi

Semne : umflătură uşoară şi difuză a picioarelor, fără manifestări la nivelul pielii (diferenţă de temperatură sau de culoare), dureri trecătoare şi greu de localizat.

Putem întâlni atât o formă de încălzire cu aceleaşi semne agravate de căldură, cât şi o formă de răcire cu aceleaşi semne agravate de frig.

2. Stagnarea sângelui de tip Xue Bi

Semne : dureri localizate, senzaţie de furnicături, mâncărimi, gambe violacee sau purpurii, staze ale sângelui şi probleme venoase uneori aparente, agravare la căldură.

Scanned with OKEN Scanner

3. Stagnarea sângelui de tip vid al Yang-ului

Semne : aceleaşi semne + agravare la frig, slăbiciune puternică în gambe.

4. Stagnarea lichidului organic de tip Jin Ye Bi

Semne : edeme localizate, godeu, gambe „în formă de stâlp", piele în general deschisă la culoare.

5. Stagnarea lichidului organic de tip vid al Yang-ului

Semne : acelaşi semne prezente cel puţin la membrul inferior.

Intervenţia prin masajul tradiţional chinez

a) *Contraindicaţii*

- flebite ;
- varice ;
- ulcerări, plăgi, leziuni ale pielii ;
- traumatisme recente ;
- cancer (toate formele) ;
- boli cardiace nestabilizate ;
- boală febrilă.

Sarcina nu este o contraindicaţie, însă impune unele precauţii.

b) *Procedeele de masaj*

Masajul se face cu mâinile.

Se practică următoarele gesturi :

- apăsare : Tui Fa ;
- rotaţie şi apăsare : Lo Fa ;
- frământare : Na Lo ;
- percuţie : Pai Fa ;
- rotaţie : Gun Fa.

c) *Uleiurile de masaj*

Masajul se va efectua cu un amestec de trei picături de uleiuri esenţiale şi cu echivalentul unei linguri de ulei de bază.

Scanned with OKEN Scanner

Uleiuri de bază (amestecuri posibile) :

- susan ;
- cartham ;
- migdală dulce ;
- iasomie ;
- copra.

Uleiurile esenţiale adaptate diferitelor tipuri de picioare umflate (folosite în China şi disponibile în Occident) :

- chiparos/ghimbir : stagnarea energiei de tip Qi Bi ;
- mentă : stagnarea sângelui de tip Xue Bi ;
- eugenia cariophyllata : stagnarea sângelui de tip vid de Yang ;
- lămâie : stagnarea lichidului organic ;
- mandarină : armonizează circulaţia în meridiane.

Protocol de tratament al gambelor umflate

1. Masajul punctelor

Tehnică

Lo Fa timp de trei minute în fiecare punct.

Stagnarea energiei de tip Qi Bi

Puncte : 3R, 60Vu, 54Vu, 30Vb.

Stagnarea sângelui de tip Xue Bi

Puncte : 3F, 6Sp, 30Vb, 5F.

Stagnarea sângelui de tip vid de Yang

Puncte : 3F, 36S, 57Vu, 62Vu.

Stagnarea lichidului organic de tip Jin Ye Bi

Puncte : 1R, 36S, 32S.

Stagnarea lichidului organic de tip vid de Yang

Puncte : 1R, 7Sp, 7R, 31Vb.

2. Masajul picioarelor

- Mobilizarea uşoară a interliniei articulare Chopart (în sus).
- Mobilizarea uşoară a interliniei articulare Lisfranc (în jos).

Scanned with OKEN Scanner

- Tracţiunea uşoară a ansamblului de falange în axă.
- Masajul uşor al fiecărui deget de la picioare (rotaţie şi decoaptare).
- Masajul perniţelor subfalangiene cu pulpa degetelor.
- Masajul tălpii cu pulpa degetelor.
- Masajul călcâiului cu pulpa degetelor.
- Masajul marginii interne şi externe a piciorului cu pulpa degetelor.
- Pomparea bolţii plantare.

3. Masajul meridianelor

Meridiane Yin care urcă şi meridiane Yang care coboară.

Stagnările de lichide sunt drenate la început prin 12 pompări, apoi prin 12 manevre numite „prin măturare", după care se reia tehnica generală.

Tehnica generală

Se masează segmentul gambă (de la gleznă la genunchi), apoi segmentul coapsă (de la genunchi la zona inghinală). Se masează fiecare segment timp de şapte minute.

Pentru ansamblul celor cinci forme de gambe umflate, gesturile trebuie practicate în această ordine:

- 12 pompaje în zona muşchiului popliteu sau în zona inghinală;
- 7 manevre Pai Fa (percuţie uşoară pe părţile moi);
- 7 manevre Na Lo (frământare cu două mâini);
- 7 manevre Gun Fa (rotaţie cu marginea palmei şi cu dosul mâinii);
- 7 manevre Tui Fa (apăsare în sensul meridianelor);
- 7 pompaje intermediare şi, reluând, mai multe secvenţe.

Durată totală a masajului: aproximativ o oră.

D. *Tratamentul depresiei Yu Zeng*

Depresia este unul dintre marile flageluri ale modernităţii.

Ea se instalează pe nesimţite, iar efectele sale sunt devastatoare: tristeţe, oboseală, pierdere a poftei de a trăi, închidere în sine etc.

Persoanele deprimate îşi pierd viaţa socială şi devin vulnerabile în faţa bolilor.

Scanned with OKEN Scanner

Medicina chineză aduce soluţii eficiente în problema depresiei, atenuându-i consecinţele. Mai concret, ea recomandă folosirea masajelor specifice cu scopul de a ajuta organismul să-şi reconstituie resursele energetice şi sangvine.

Aceste masaje reglează totodată schimburile din creier şi dinamizează funcţiile esenţiale, permiţând subiectului să iasă repede şi fără efecte secundare din cercul infernal al depresiei.

Depresia nervoasă, numită astfel în Occident, aparţine sindromului Yu Zheng care este tratat de medicina tradiţională chineză în majoritatea cazurilor cu mijloacele clasice Zhenju, Zhongyao, Yangshang, Xinli, Tuina-Dong Fa, ca toate bolile de medicină internă.

Cazurile simple şi de dificultate medie sunt tratate sub formă de cură, prin şedinţe zilnice la spital sau la cabinetul medicului.

În cazurile mai grave, participarea specialistului în psihiatrie tradiţională chineză (Dankuang) se poate dovedi necesară, la fel ca şi aportul unor substanţe farmacologice care au o acţiune directă asupra sistemului nervos, a glandelor suprarenale şi a glandei tiroide. Tratamentele au atunci loc fie în timpul unei spitalizări parţiale, doar pe durata zilei, fie în timpul unei spitalizări permanente.

După gravitatea cazului, terapia comportamentală va utiliza concepte care fac mai mult sau mai puţin apel la capacitatea de conştientizare a pacienţilor, cu scopul de a-i plasa într-un cadru unde realul poate fi un factor de reechilibrare.

Atunci când tensiunile interne sunt prea puternice şi se amplifică în timpul tentativelor de conştientizare, este necesară o acţiune asupra organismului pentru a întări Qi-ul vital şi a ameliora comunicarea dintre corp şi spirit.

În sindromul Yu Zheng, observăm o interacţiune frecventă a tulburărilor ficatului, stomacului, splinei, plămânilor sau inimii, dar şi prezenţa glerelor Tan sau a blocajelor structurale.

Aceste elemente perturbă circulaţia Qi-ului mintal şi generează simptome de oboseală fizică şi mintală, supărare, pierdere a poftei de mâncare, insomnii, instabilitate emoţională... pe scurt, toate manifestările specifice pentru ceea ce numim în mod normal *depresie*.

Depresia denotă o slăbiciune profundă a Shen-ului şi o scădere bruscă a Yang-ului general.

Scanned with OKEN Scanner

Cauzele depresiei

Endogene:

- factori ereditari Yuan Qi (depresie constituţională sau fragilitate) ;
- tulburări ale psihismului (depresie reacţională) ;
- tulburări cronice ale substanţelor (vid de energie şi vid de sânge) ;
- tulburări de funcţionare a organelor.

Exogene:

- alimentaţie insuficientă şi dezechilibrată ;
- lipsă a odihnei ;
- surmenaj şi acumulare a stresului ;
- alcool, tutun, cafea, droguri (chiar şi cele uşoare).

Clasificarea depresiilor

La un anumit moment, participarea mai mult sau mai puţin activă a acestor cauze provoacă intrarea în Yu Zheng.

Sindromul dominant ne permite clasarea patologiei.

Depresii cu dominanta de tip vid

Depresiile de tip vid sunt caracterizate prin slăbiciune, introvertire, vulnerabilitate la frig, perioadele de prăbuşire fiind mult mai frecvente şi mai lungi decât cele de agitaţie. Pulsul general este lent şi slăbit.

- Vid de energie renală.
- Vid de Yang al splinei.
- Vid de sânge al ficatului.
- Vid de energie la plămâni.
- Vid de Yang la inimă.
- Vid de sânge.

Depresii cu dominanta de tip plenitudine

Depresiile de tip plenitudine sunt caracterizate prin iritabilitate permanentă sau frecventă, bufeuri de căldură, senzaţie de agitaţie internă. Pulsul general este rapid şi slăbit.

Scanned with OKEN Scanner

- Blocaj al Qi-ului din ficat.
- Glere pe vezica biliară.
- Glere pe inimă.

Distingem trei nivele de afecţiune :

Yu Zheng Biao

Dezechilibru autoreglabil cu caracter temporar sau cronic.
O îngrijire igieno-terapeutică este benefică.
Punctele Fu sunt afectate.

Simptomatologie generală
Alternanţă mai mult sau mai puţin frecventă a unei stării de spirit normale cu momente de oboseală psihică, pierderea entuziasmului, plictis, iritabilitate, hiperemotivitate, stare de rău general, tulburări uşoare de atenţie şi de memorie.

Yu Zheng Li, formă obişnuită

Boală care necesită o îngrijire terapeutică temporară.
Punctele Zhang sunt afectate.

Simptomatologie generală
Bolnavul este conştient de starea sa.
Angoasă, anxietate, pierdere a bucuriei de a trăi, prostraţie, anorexie sau bulimie, oboseală generală, senzaţie de incapacitate şi inutilitate, tulburări de atenţie şi memorie, stare de rău cvasipermanentă.

Yu Zheng Li Dan Kuang, formă internă gravă

Boală care impune o îngrijire permanentă.

Simptomatologie generală
Bolnavul nu este conştient de starea sa.
Angoasă internă, tendinţe suicidare pronunţate, anorexie, alternanţa crizelor cu stările de depresie, culpabilitate.
(Recunoaştem Biao şi Li prin interpretarea simptomelor şi prin efectuarea unui bilanţ energetic.)

Scanned with OKEN Scanner

Protocol de tratament al depresiilor Yu Zheng

Obiectivul masajului tradiţional chinez este tratarea concomitentă a cauzelor endogene şi a consecinţelor acestui sindrom asupra organismului.

Protocolul general cuprinde :

- masajul punctelor generale comune tuturor depresiilor ;
- masajul punctelor specifice ;
- masajul VG ;
- masajul cranian ;
- masajul meridianelor principale şi al meridianelor tendino-musculare ale organelor afectate.

1. Masajul punctelor generale

Tehnică

Lo Fa, 3 minute pentru fiecare punct.

- 20VG.
- 4IG.
- 36S.
- 1R.
- Yin Tang.
- Tai Yang.

2. Masajul punctelor specifice

Tehnică

Lo Fa sau Mo Fa, 3 minute pentru fiecare punct.

Aceste puncte sunt menţionate în tabelul de mai jos.

3. Masajul cranian

Tehnică

Mo Fa, timp de 3 minute asupra fiecărei zone.

Scanned with OKEN Scanner

Masajul este aplicat pe următoarele zone :

1) zona senzorială motrică — temporal ;
2) zona intelectuală — frontal ;
3) zona afectivă — parietal ;
4) zona instinctivă — occipital.

4. Masajul meridianelor principale şi al meridianelor tendino-musculare

Tehnică

Tui Fa sau Gun Fa de trei ori pentru fiecare meridian.

Pentru acest masaj aplicăm o apăsare medie de 100 până la 200 de grame în sensul de circulaţie al meridianelor.

Tratamentul depresiilor de tip vid
Yu Zheng cu vid de Jing renal Semne : paloare, frică de frig, oboseală, apatie, astenie sexuală, sterilitate, pierdere a dinţilor, cădere a părului, surditate, frică. Puncte specifice : 3R – 23Vu – 4VC – 6VC – 4VG. Meridiane : Rinichi şi Vezică urinară.
Yu Zheng cu vid al Qi-ului splinei Semne : pierdere a poftei de mâncare, distensie abdominală, edeme, frică de frig, scaune moi, oboseală generală, anemie, tulburări digestive, anxietate. Puncte specifice. 12VC – 20Vu – 6Sp – 21Sp. Meridiane : Splină şi Stomac.
Yu Zheng cu vid de sânge în ficat Semne : paloare, slăbire, ameţeală, musculatură slăbită, tremurături, convulsii, tetanie, tulburări de vedere, unghii casante, menstruaţii puţin abundente. Puncte specifice : 17Vu – 18Vu – 3F – 37Vb. Meridiane : Ficat şi Vezică biliară.
Yu Zheng cu vid al energiei plămânilor Semne : voce fără vlagă, tuse frecventă, mutism prin incapacitate, oboseală rapidă la efort, oboseală intensă, paloare, transpiraţie diurnă spontană, vulnerabilitate la schimbările de temperatură, tristeţe.

Scanned with OKEN Scanner

Puncte specifice : 1P – 10P – 17VC – 13Vu – 4VG.

Meridiane : *Plămâni şi Intestin gros.*

Yu Zheng cu vid de Qi în inimă

Semne : senzaţie de slăbiciune, mutism prin introversie, incoerenţă verbală, oboseală rapidă la efort, palpitaţii, privire pierdută, angoasă.

Puncte specifice : 6SI – 3I – 8I – 15Vu.

Meridiane : Inimă, Stăpânul Inimii şi Intestin subţire

Yu Zheng cu vid de sânge

Semne : palpitaţii, anemie, hemoragii, paloare, pierdere a părului, extremităţi reci, insomnie, anxietate

Puncte specifice : 17Vu – 10Sp – 6Sp – 23Vu.

Meridiane : Splină, Plămâni, Du Mai.

Depresiile de tip plenitudine

Yu Zheng cu blocajul Qi-ului în ficat

Semne : senzaţie de frustrare, iritabilitate, durere în hipocondrii şi în piept, digestie îngreunată, suspine, senzaţie de gât sugrumat, pierderea poftei de mâncare, dureri abdominale, dizmenoree, acces de furie.

Puncte specifice : 3F – 13F – 18Vu – 20Vb.

Meridiane : Ficat şi Vezică biliară.

Yu Zheng cu glere pe vezica biliară

Semne : aceleaşi semne + greţuri, gust amar în gură, icter, urinări închise la culoare, febră vesperală, sete frecventă

Puncte specifice : 6VC – 9Sp – 3VC – 5F – 20Vb.

Meridiane : Vezică biliară şi Splină.

Yu Zheng cu glere pe inimă

Glere calde = extravertire/glere reci = introvertire.

Semne : privire dreaptă şi fixă, afazie, stupoare letargică, stare de deprimare profundă.

Puncte specifice : 11IG – 6SI – 14VG – HM Wuming.

Meridiane : Inimă, Intestin subţire şi Splină.

Scanned with OKEN Scanner

E. *Masajul preventiv la persoanele în vârstă*

Aplicarea unei terapii manuale la o persoană în vârstă (cu o vârstă de peste 75 de ani) necesită anumite precauţii în ceea ce priveşte alegerea şi folosirea tehnicilor, deci o cunoaştere specifică rezultată dintr-o formaţie solidă.

Trebuie ţinut cont de următoarele elemente, evaluate prin interviu şi examen clinic :

Antecedentele medicale şi chirurgicale

Orice situaţie care reprezintă un risc trebuie îndepărtată şi, în caz de îndoială, este indicat să limităm masajul la o acţiune de întreţinere în Qing Fa global cu spatele şi cu faţa.

Zonele care au suferit traumatisme sau operaţii chirurgicale vor fi abordate cu cea mai mare atenţie.

Hipertensiunea severă nestabilizată este o contraindicaţie.

Insuficienţele sistemice (urinară, respiratorie, cardiacă, digestivă) nu sunt contraindicaţii atunci când sunt tratate, la fel cum persoanele invalide pot fi îngrijite de îndată ce starea lor este stabilizată din punct de vedere medical.

Starea structurii osoase

Tumorile osoase sunt contraindicaţii însă celelalte boli osoase de origine neinfecţioasă pot fi tratate prin masajul tradiţional chinez, cu condiţia să se fi identificat clar zonele afectate (radiografie).

Fără îndoială că demineralizarea osoasă, întâlnită frecvent, necesită prudenţă, însă ea indică şi o acţiune necesară asupra energiei renale.

Starea ţesuturilor externe şi a ţesuturilor interne

În general, persoanele în vârstă de mai mult de 75 de ani prezintă o insuficienţă a producţiei de lichide organice, iar ţesuturile externe prezintă aderenţe asociate cu o anumită fragilitate tisulară şi vasculară.

Pielea nu suportă întotdeauna o tracţiune de intensitate medie, deci fiecare gest trebuie dozat.

Dispersia va fi practicată cu gesturi mai localizate şi mai puţin apăsate.

Scanned with OKEN Scanner

Meridianele tendino-musculare şi sistemul osteo-articular sunt deseori încărcate de factori patogeni şi de Tan.

Suferința afectivă

O mare parte a persoanelor în vârstă trăiesc în singurătate de la decesul partenerului de viaţă, uneori aproape abandonaţi de copii, prea des desconsideraţi de către personalul din sănătate şi aproape întotdeauna respinşi de societate.

Marea majoritate fug astfel de prezentul ostil şi se refugiază în amintirile lor, adică într-un prezent pierdut care devine anticamera morţii.

Astfel, separaţi de persoanele productive, de „cei utili", aceste persoane se închid în certitudinea că nu mai servesc la nimic, se resemnează, devin acri şi suferă din ce în ce mai mult pe zi ce trece.

Societatea are datoria de a ajuta persoanele în vârstă să îmbătrânească decent, adică uman. Terapia tradiţională chineză îşi manifestă utilitatea tocmai în acest punct, prin puterea de a trezi corpul şi Qi-ul mintal, dar şi prin comunicarea pe care o permite.

Suferința fizică

Trebuie utilizate toate mijloacele posibile pentru a face masajul cât mai agreabil. O persoană în vârstă are deseori dureri, şi sentimentul de bunăstare dat de masaj compensează o bună parte a acestor dureri.

Un moment de bunăstare fizică este producător de Qi, util la rândul lui pentru rezistenţa la durerile fizică şi psihogenă.

Nivelul de energie vitală

Dacă evaluarea nivelului de energie vitală a oricărui subiect de masaj este utilă, ea devine indispensabilă pentru persoanele în vârstă, care pot prezenta o dizarmonie a nivelurilor energetice.

În general, un subiect în vârstă oboseşte uşor şi nu suportă prea bine o şedinţă lungă; treizeci de minute de masaj sunt mai mult decât suficiente.

Din punct de vedere clinic este imperativ să nu încercăm să ridicăm Yang-ul unei persoane în vârstă, ci să echilibrăm tonifierea Qi-ului între Yin şi Yang. Calea de mijloc, adică cea a armonizării, este cea mai prudentă şi cea mai eficientă.

Scanned with OKEN Scanner

Protocol de tratament preventiv

Principiul nostru de tratament-tip va trebui:

- să scadă tensiunile în meridianele tendino-musculare şi să înmoaie ţesuturile;
- să elibereze cu blândeţe;
- să stimuleze circulaţia substanţelor.

Într-o optică de prevenire exclusivă, nu încercăm să tonifiem organele, pentru a nu risca să dezechilibrăm sistemul energetic.

Masajul ramurilor

- Qing Fa global blând: corp, picioare, faţă.
- Dezlipire vibrată foarte blândă Yao Na pe punctele de aderenţă.
- Drenaj Tui Fa pe zonele malnutrite, în sensul meridianelor.
- Gua Fa şi Mo Fa pe lombe.

Masajul pe rădăcină

- An Lo, 3 minute pe următoarele puncte: 3R, 6RP, 4Ren Mai, 6Ren Mai, 3I, 1P, HM Taiyang.
- Ya Fa visceral foarte blând pe IS/IG/Vb/F.
- Dong Fa foarte uşor şi fără corectare în flexiune-extensie şi întinderi în axă.

Cele şaisprezece metode de întreţinere a sănătăţii destinate persoanelor în vârstă

Cele şaisprezece metode de întreţinere a sănătăţii, constând mai ales în mişcări corporale, s-au perpetuat încă din timpul dinastiei Ming (1368-1644). Aceste metode, blânde, simple şi uşor de învăţat sunt potrivite îndeosebi persoanelor în vârstă:

1. *Pieptănarea la intervale dese de timp*. Pieptănaţi-vă de 60 de ori; între 3 şi 5 şedinţe pe zi. Exerciţiul deblochează meridianele capului, previne calviţia şi caniţia precoce.

Scanned with OKEN Scanner

2. *Frecarea frecventă a feței*. Frecați și tapotați blând fața timp de 1-2 minute, de 2 sau 3 ori pe zi. Datorită faptului că cele trei meridiane Yang ale piciorului pleacă de la cap sau de la față, frecarea poate debloca meridianele și înfrumusețа fața.
3. *Rotirea frecventă a globilor oculari*. Rotirea globilor oculari cu viteză normală, de 2-4 ori într-un sens, apoi de 2-4 ori în celălalt, după care încetarea operațiunii înainte ca ei să obosească. Exercițiul poate activa circulația sangvină a ochilor, poate preveni slăbirea acuității vizuale, poate ameliora vederea și poate conserva luciditatea.
4. *Tapotarea frecventă a urechilor*. Acoperiți urechile cu palmele, plasați indexurile pe degetele mari și aplicați 10 lovituri în partea inferioară a urechii ; apoi deschideți brusc gura. Exercițiul previne surditatea și întărește memoria.
5. *Apăsarea limbii pe cerul gurii*. Acțiunea de apăsare blândă a limbii pe cerul gurii facilitează comunicarea între meridianul Ren și Du (Meridianul Director și Meridianul Guvernator) și echilibrează Yin-ul și Yang-ul
6. *Clănțănitul dinților*. Clănțăniți ușor dinții de sus și dinții de jos de 36 de ori, mai întâi molarii, apoi incisivii. Exercițiul întărește dinții, disipează căldura și tratează bolile dentare.
7. *Înghițirea salivei proprii*. Umflați obrajii și faceți gargară fără apă până când gura se umple de salivă și apoi înghițiți-o în trei reprize. Exercițiul hrănește Yin-ul și fortifică Qi-ului, energia vitală.
8. *Expirația aerului viciat*. Acest exercițiu tonifică viscerele.
9. *Încălzirea repetată a părții dorsale*. Partea dorsală, unde se găsește Meridianul Du, controlează toată energia Yang a corpului. Încălzirea repetată a părții dorsale facilitează circulația energiei Yang în meridianele din tot corpul, previne și tratează bolile. Pentru încălzirea părții dorsale este necesar masajul sau expunerea la soare.
10. *Protejarea pieptului*. Pieptul, căminul inimii și al plămânilor, trebuie bine protejat pentru a evita pătrunderea factorilor patogeni exogeni.
11. *Masarea repetată a abdomenului*. Abdomenul conține stomacul, intestinele și alte organe interne. Masajul frecvent al acestei zone facilitează digestia.
12. *Retragerea repetată a anusului*. În mod normal trebuie să retrageți anusul pentru a preveni și trata hemoroizii și fisurile anale.

Scanned with OKEN Scanner

13. *Balansarea repetată a membrelor*. Mişcarea celor patru membre pentru exersarea muşchilor, tendoanelor şi a oaselor. De asemenea, exerciţiul poate activa circulaţia sângelui şi a Qi-ului în organele interne şi poate întări constituţia fizică.
14. *Frecarea frecventă a tălpii piciorului stâng*. Frecarea punctului 1R din talpa piciorului stâng cu punctul 8I situat sub palma dreaptă. Exerciţiul permite comunicarea dintre inimă şi rinichi, dar şi fuzionarea elementelor „foc" şi „apă", echilibrarea funcţiilor cardiacă şi renală şi poate preveni şi trata insomnia şi somnul perturbat de vise.
15. *Masarea pielii de pe tot corpul*. Masarea pielii de pe tot corpul cu palmele sau cu un şerveţel igienic. Exerciţiul deblochează meridianele, activează circulaţia sângelui şi a Qi-ului, întârzie îmbătrânirea şi previne bolile.
16. *Închiderea gurii în timpul evacuării urinei şi a materiei fecale*. După medicii specializaţi în menţinerea unei bune sănătăţi, persoana trebuie să se concentreze, să închidă gura şi să strângă uşor dinţii în timpul evacuării urinei şi a materiei fecale. Această acţiune poate întreţine sângele şi Qi-ul şi poate facilita respingerea aerului viciat şi a reziduurilor.

F. *Masajul preventiv la femeile însărcinate*

Masajul pe care îl prezentăm aici se înscrie într-un demers preventiv şi, prin urmare, nu are în vedere decât sarcinile normale.

Din acest punct de vedere, practicinaul masajului tradiţional chinez va avea tot interesul să comunice cu moaşa care se ocupă de pregătirea pacientei.

Există numeroase beneficii ale masajului femeii însărcinate :

Pentru mamă :

- supleţe articulară ;
- destindere musculară ;
- întreţinerea pielii ;
- reglarea poftei de mâncare şi a greutăţii ;
- diminuarea oboselii ;

Scanned with OKEN Scanner

- ameliorarea circulaţiei energetice, sangvine şi limfatice ;
- efect anxiolitic şi sedativ al durerii datorită eliberării masive de endorfine ;
- ameliorarea calităţii transmisiilor senzoriale şi implicit un contact mai bun cu fătul.

Pentru copil :
- o transmisie mai bună a fluxurilor sangvine şi a Qi-ului placentar ;
- reducerea semnificativă a elementelor nocive transmise (anxietate, anarhie hormonală etc.) ;
- stimularea creşterii meridianelor şi a circulaţiei substanţelor ;
- stimularea organelor senzoriale ale fetusului.

Diferitele etape ale sarcinii

Faza de concepție: de la concepție la sfârșitul celei de-a treia săptămâni

- Armonizarea (fuziunea) gameţilor şi crearea morulei (0,6 mm la o săptămână).
- Constituirea Yuan Qi-ului copilului.
- Apariţia Tae Mo-ului.
- Separarea foiţelor (endoderm, mezoderm, ectoderm).
- Constricţia ovulului şi constituirea Ren Mai-ului şi Du Mai-ului.

Perioada embrionară: de la a treia săptămână până la sfârșitul lunii a treia

- 2,5 mm la 21 de zile.
- Constituirea reţelei meridianelor primitive.
- Formarea inimii şi a rinichilor de la începutul celei de-a patra săptămâni, apoi formarea celorlalte organe.
- Formarea „mării măduvei" (creier).
- Dezvoltare globală a embrionului (sisteme).

Perioada fetală

- Prima parte, între luna a treia şi luna a şasea :
  - 15 cm la 3 luni şi 35 cm la 6 luni.

Scanned with OKEN Scanner

- Începerea constituirii reţelei meridianelor principale.
- Dezvoltarea globală a fetusului.

– A doua parte, între luna a şasea şi termen :
- 35 cm la 6 luni
- Închiderea constituirii reţelei meridianelor principale.
- Dezvoltarea globală a fetusului.

Faza prenatală: de la trei săptămâni înaintea naşterii până la termen

Fetusul este pregătit de naştere, măsurând aproximativ 45 cm.

Reţeaua energetică este finalizată, nu mai rămâne altceva de făcut decât activarea Yang-ul plămânilor, fenomen care are loc la contactul cu aerul.

Protocol

Aceste patru etape ale sarcinii antrenează modificări psihice şi fiziologice care presupun, pentru fiecare dintre ele, alegerea unui protocol adaptat, adică unul care ţine cont de nevoile viitoarei mame şi cele ale fiinţei minuscule care se naşte.

Protocol 1: fază conceptuală

Exigenţe

- Favorizarea încălzirii şi lubrifierii uterului.
- Mobilizarea Jing Qi-ului.
- Prevenirea greţurilor şi tulburărilor digestive.
- Ancorarea Shen-ului.

Derularea protocolului

- Quing Fa global 10 minute în decubit dorsal.
- Lo Fa 3 minute pe punctele : 39Vb, 7R, 6TF, 12Ren Mai, 21 R, 8I, 1R, 15Vu, 4Du Mai.
- Tui Fa uşor 10 minute pe MTM Vu în decubit ventral.
- Mo Fo 5 minute pe MP Vb temporal.

Scanned with OKEN Scanner

Protocol 2: perioada embrionară

Exigenţe

- Eliberarea ficatului (creşterea volumului de sânge).
- Drenarea lichidului organic (creşterea globală a lichidelor extracelulare).
- Întărirea energiei plămânilor şi a splinei.
- Mobilizarea Jing Qi-ului.
- Prevenirea greţurilor şi a tulburărilor digestive.
- Creşterea Shen-ului.

Derularea protocolului

- Lo Fa 3 minute asupra punctelor: 8F, 6RP, 2P, 7R, 9R, 5SI, 6SI, 3I, 20DM.
- Tuina global al piciorului în decubit dorsal, 10 minute fiecare picior.
- Tui Fa şi Gun Fa pe MTM F/RP/Vb în decubit dorsal, 10 minute fiecare membru.
- Na Lo cervical în decubit dorsal 5 minute.
- Dong Fa cervical, întindere, 6 ori.

Protocol 3: perioada fetală

Exigenţe

- Ameliorarea poziţiei corpului.
- Decomprimarea spaţiilor interarticulare.
- Subţierea pielii corpului în general şi mai ales a pielii burţii.
- Facilitarea circulaţiei sangvine în membrele inferioare.
- Drenarea lichidului organic (creşterea globală a lichidelor extracelulare).
- Fortifierea energiei plămânilor şi a splinei.
- Calmarea Shen-ului.

Derularea protocolului

- Lo Fa 3 minute asupra punctelor: Yin Tang, Tai Yang, 2P, 10RP, 3I.

Scanned with OKEN Scanner

- Tuina global al piciorului în decubit dorsal, 10 minute fiecare picior.
- Întinderea globală a trunchiului, tehnică de ridicare din poziţia şezut, 6 ori (dificil).
- Tracţiunea globală a trunchiului cu ajutorul braţelor, în decubit dorsal.
- Mo Fa pe tot corpul cu ulei esenţial de mandarină (3 picături la o lingură de supă). Burta va fi masată de către pacientă (propuneţi-i acest lucru în prealabil) sau de dumneavoastră, dacă pacienta doreşte acest lucru, cu mişcări foarte blânde şi foarte lente.
- Tuina clasic pentru picioare umflate (cu picioarele), 15 minute pentru fiecare membru.

Poziţia pacientei

- Pe un scaun special adaptat pentru un confort maxim, care lasă spaţiul necesar burţii şi care permite o menţinere sigură. Această poziţie facilitează masarea spatelui şi a bazinului şi eliberează greutatea.
- Decubit dorsal, corpul uşor aplecat înainte.
- Decubit lateral, sprijinită pe o pernuţă.

Protocolul 4: faza prenatală şi începutul travaliului

Exigenţe

- Umezirea şi încălzirea uterului.
- Facilitarea şi normalizarea contracţiilor.
- Mobilizarea energiei vitale.
- Calmarea Shen-ului.

Derularea protocolului

- Tuina pe punctele : 23Vu, 6RP, 3F, 31Vu, 32Vu, 18RP (punct galactogen, punct ce trebuie folosit încă din ultimele 8 zile), 36S şi 4IG (puncte care stimulează uterul, puncte ce trebuie folosite încă din ultimele 3 zile).
- Declanşare : 24Vb (al şaptelea EIC, punct de comandă al uterului), 17Vu în Quing Fa (stimularea sânului sau a mamelonului poate determina sau intensifica travaliul), 67Vu.
- Tuina picioarelor înaintea şi în timpul travaliului.
- Ga Fa şi Mo Fa pe regiunea lombară.

Scanned with OKEN Scanner

G. *Masajul de sănătate la copilul cu o vârstă cuprinsă între 2 și 14 ani*

După multe secole de practică empirică, între anii 618 şi 907, sub dinastia Tang, a fost instituită Academia imperială de masaj sub egida Direcţiei imperiale a Academiei de Medicină. Puteau fi numărate deja optsprezece tipuri de masaj, ceea ce o transforma într-o ştiinţă terapeutică cu drepturi depline.

Acum aproximativ şapte secole, o altă specializare a fost introdusă, cea a masajului pediatric, mai adaptată decât acupunctura în tratarea copiilor.

În zilele noastre, considerăm că masajul ocupă, alături de farmacopee, un loc preponderent în terapeutica pediatrică tradiţională chineză.

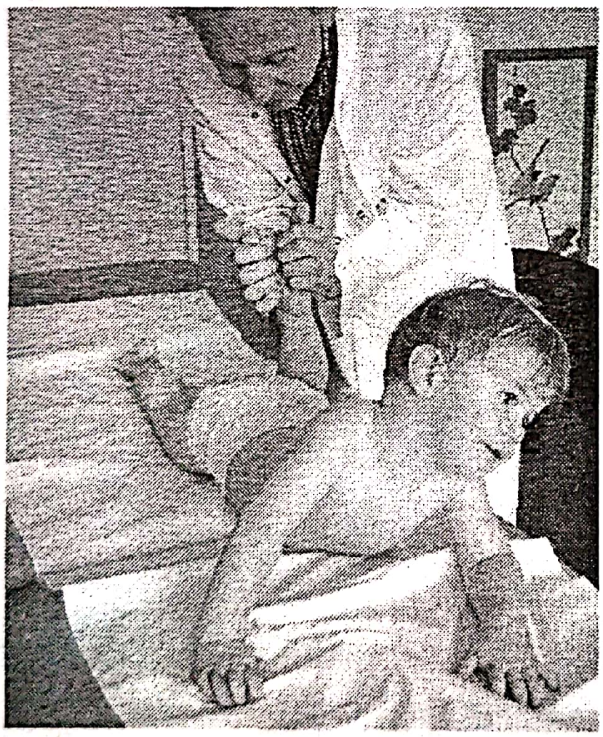


Foto 76. *Tuina piciorului bebeluşului*

Foto 77. *Întindere a spatelui bebeluşului la suprafaţă*

Contraindicații și precauții

Ne vom referi la contraindicaţiile pentru adult, la care vom adăuga un principiu de precauţie ţinând cont de :

- fragilitatea şi creşterea întârziată ;
- hiperreactivitatea anumitor copii.

Scanned with OKEN Scanner

Acceptarea masajului

În general, copiilor le place masajul întrucât acesta îi reconfortează şi în acelaşi timp îi stimulează.

Procedeele masajului chinezesc trebuie să urmărească aceste efecte, aşadar punerea în practică se va face cu blândeţe, siguranţă şi energie.

Dincolo de beneficiile fiziologice, blândeţea gesturilor linişteşte, amintind de atingerea mamei din primele luni ale vieţii, siguranţa instaurează un climat de încredere, iar energia gesturilor stârneşte curiozitatea (ceea ce suscită un interes pentru masaj) şi favorizează conştientizarea propriului corp.

Atunci când un copil acceptă greu masajul, acest lucru trebuie să ridice mai multe întrebări:

- Este un refuz faţă de practician sau un refuz faţă de masaj în general?
- Ce frică provoacă perspectiva masajului?
- Este mai înţelept să încercaţi să liniştiţi copilul sau să investigaţi mai atent motivele refuzului său?
- Dacă refuzul are loc în timpul masajului, este vorba despre o cauză fizică (jenă sau durere)?

Foto 78. *Tuina Ya Fa asupra punctelor Shu ale bebeluşului*

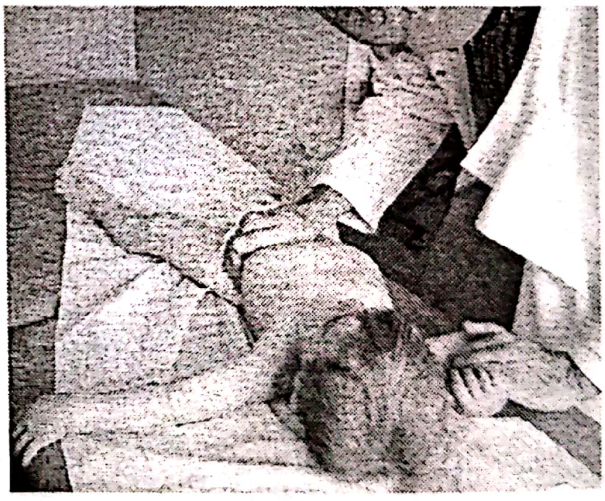


Foto 79. *Tuina asupra abdomenului bebeluşului*

Pe cât posibil, vom încerca soluţionarea refuzului, chiar timid, altfel decât ignorându-l, iar dacă acest lucru nu este posibil, va fi întotdeauna de preferat să întrerupem şedinţa de masaj.

Scanned with OKEN Scanner

Protocoale

Copilăria este punctată de perioade în timpul cărora subiectul îşi construieşte şi îşi structurează atât materialul fizic, cât şi funcţiile.

Astfel, se derulează diverse evenimente importante :

- sevrajul ;
- descoperirea corpului ;
- trezirea senzorială ;
- autonomia ;
- trezirea sentimentului social ;
- constituirea schemei corporale ;
- învăţarea vorbirii ;
- creşterea ţesuturilor organice (substanţe şi organe) ;
- creşterea ţesuturilor nervoase ;
- creşterea ţesuturilor osoase ;
- reglajul sistemelor energetice.

Adaptarea fiecărui protocol la exigenţele momentului este deci necesară.

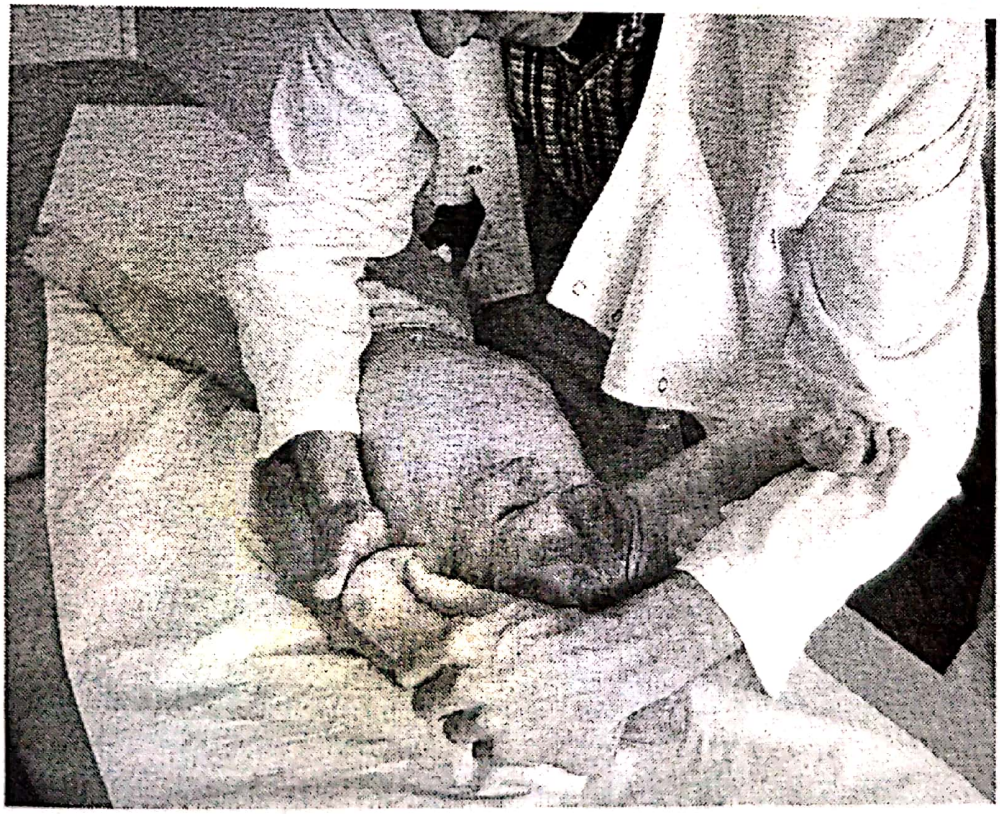


Foto 80. *Dong Fa mobilizarea scapulo-humerală a bebeluşului*

Scanned with OKEN Scanner

De la 2 la 6 ani

Această perioadă este teatrul multor metamorfoze care transformă bebeluşul în copil.

Schimbările afectează funcţiile digestive (constituirea ansamblului dentiţiei de lapte), funcţiile senzoriale (veritabilă conştientizare a stimulilor senzoriali), structurarea limbajului de bază, învăţarea menţinerii echilibrului şi controlul sfincterilor anali şi urinari.

Se va stimula circulaţia lichidelor, energia renală şi energia plămânilor.

Derularea protocolului : 15 minute.

- Lo Fa 2 minute asupra punctelor : 1P, 40S, 3R.
- Tui Fa global pe meridiane, 3 minute.
- Ya Fa uşor pe MTM a membrelor, 3 minute.
- Mo Fa în regiunea lombosacrală, 3 minute.

De la 6 la 9 ani

Copilul se găseşte în faza achiziţiilor conceptuale secundare şi a structurării verbale superioare. În această perioadă copilul îşi construieşte metabolismele celulare şi îşi exprimă personalitatea fundamentală a cărei bază va trebui să o realizeze prin întărirea energiei inimii şi a splinei.

Derularea protocolului : 15 până la 20 de minute.

- Lo Fa 2 minute asupra punctelor : 15Vu, 20Vu, 14RM, 6RP.
- Pai Fa foarte uşor asupra apofizelor spinoase, de la 21Vu la 13Vu (de 12 ori).
- Tui Fa global pe meridiane, 3 minute.

De la 9 la 14 ani

Copilul devine adolescent şi traversează o perioadă plină de bulversări fiziologice, de întrebări.

Se va armoniza axa Shaoyin, se va stimula energia ficatului şi Yang-ul renal.

Scanned with OKEN Scanner

Derularea protocolului : 30 de minute.

- Lo Fa 3 minute pe punctele : 8I, 1R, 8F, 19F, 23Vu.
- Dong Fa articular lombar de 6 ori la fiecare manevră.
- Întinderea coloanei vertebrale lombare în torsiune, 3 minute.
- Tui Fa general al spatelui.

H. *Masajul de întreținere și de relaxare*

1. *Principiile masajului de întreținere și de relaxare*

Relaxarea este o disciplină care îşi are originile în vechea medicină taoistă şi reprezintă partea cea mai puţin eterică a acesteia, adică posibilitatea de a intra într-o stare meditativă prin acţiunea asupra corpului, singur sau cu un ajutor exterior.

Chiar dacă Tuina de relaxare nu face parte din medicina chineză, ea este legată de aceasta prin două aspecte :

- parcursul comun al actului terapeutic şi al îngrijirii până la crearea Academiei Imperiale de Masaj (în secolul al VII-lea î.Hr.) ;
- efectele preventive ale masajului de întreţinere, totdeauna benefice, oricare ar fi epocile, şi din ce în ce mai evidente în perioada contemporană, odată cu degradarea igienei vieţii.

După conceptul taoist al circulaţiei energiei în univers, în general, şi în corp, în particular, nu putem accede la o stare de bine veritabilă decât prin destinderea corpului şi a spiritului în acelaşi timp, ameliorând global circulaţia celor două. Este deci fundamental să acţionăm, într-o manieră neterapeutică, asupra mecanismelor care administrează în mod natural libera circulaţie a energiei :

- centrele de reglare a corpului ;
- punctele care ameliorează comunicarea dintre corp şi spirit ;
- circulaţia superficială a meridianelor.

Se va acţiona şi în zonele corporale contractate, susceptibile de a perturba circulaţia energetică.

O şedinţă de masaj tradiţional chinez de întreţinere presupune încercarea de a induce subiectului o senzaţie de fluiditate, de uşurinţă, de mai bună înţelegere a propriului corp.

Scanned with OKEN Scanner

Nu există nici o contraindicaţie la masajul de întreţinere, în afara precauţiilor evidente : să nu se frece pielea rănită, apăsarea trebuie să fie întotdeauna moderată, masajul trebuie să fie agreabil de la început până la sfârşit.

Următoarele elemente necesită o atenţie specială

Trebuie să aveţi mâinile curate, unghiile scurte, să vă scoateţi inelele şi brăţările ; trebuie să nu emanaţi mirosuri corporale neplăcute, să purtaţi haine curate, uşoare, destul de largi sau o bluză scurtă, să evitaţi să respiraţi des aproape de pacienţi, deoarece unii pot fi jenaţi de acest lucru şi nu vor îndrăzni să vi-l spună, să nu vorbiţi în timpul şedinţei şi să cereţi pacientului să facă la fel, să nu vă uitaţi în altă parte pe durata masajului.

Instalaţi-vă într-o cameră decorată simplu, dotată cu lumină indirectă, aveţi grijă ca locul să fie liniştit, echipaţi-vă cu o masă de masaj joasă sau clasică, dar de o lăţime minimă de 60 cm ; temperatura trebuie să fie plăcută, 26°C ar fi ideal, fiindcă la această temperatură corpul nu luptă nici împotriva căldurii, nici a frigului.

Care sunt cauzele fiziologice generale ale stării de indispoziţie şi de stres, după concepţia tradiţională chineză?

Există un număr de şapte cauze. În plus, mai putem întâlni una sau mai multe cauze care nu trebuie confundate cu factorii declanşatori ai stresului şi indispoziţiei. Cauzele sunt deci cele mai importante pentru înţelegerea situaţiilor în care se găsesc persoanele care vor să apeleze la masajul tradiţional chinez de relaxare.

Lista de mai jos este destinată studenţilor şi practicanţilor masajului tradiţional chinez.

Cauze:

- deficienţă generală de energie (oboseală cronică importantă) ;
- proastă repartizare a energiei în corp (senzaţii modificate) ;
- perturbaţii în relaţia corp-spirit (tulburări de comportament şi stagnarea mintalului sau a fizicului) ;

Scanned with OKEN Scanner

- blocaj al Qi-ului mintal (tulburări de comportament şi stare psihică rea, obsesii, fobii, oricât de minore);
- dezechilibre funcţionale profunde (tulburări funcţionale);
- şocuri organice (boli mai grave, răni, prezenţa maselor dure, distrugeri celulare).

Factori declanşatori:

- surmenajul;
- bolile;
- şocurile afective şi frustrările;
- carenţele sexuale;
- carenţele respiratorii;
- carenţele alimentare etc.

2. *Metodologie practică*

a) Centrele de reglare ale corpului

Primul demers este să se acţioneze asupra locurilor de convergenţă ale meridianelor interne ale celor trei focare.

Fs:

- trunchi Yang: 15Vu (D5/D6);
- trunchi Yin: 17Fm (între cele două mameloane sau al patrulea EIC).

Fm:

- trunchi Yang: 20Vu (D11/D12);
- trunchi Yin: 12Fm (la jumătatea distanţei dintre stern şi ombilic).

Fs:

- trunchi Yang: baza sacrumului;
- trunchi Yin: 4Fm (4 degete sub ombilic).

Se acţionează cu o presiune constantă pe cele trei zone ale spatelui şi prin masaj rotativ amplu cu perniţele degetelor pe 12Fm şi cu eminenţa tenară pe 12Fm şi 4Fm timp de 2-3 minute.

b) Zonele corporale contractate

Se vor aplica presiuni sacadate pe ritmul respiraţiei pacientului, din partea superioară a corpului spre partea inferioară.

Scanned with OKEN Scanner

c) Punctele care ameliorează comunicarea între corp și spirit

- 1R;
- 8I;
- 20Vb.

Se va folosi masajul rotativ lent, cu apăsare moderată, timp de 2-3 minute fiecare.

d) Circulația superficială a meridianelor

- Articulații: se masează prin presiune, prin înfășurarea cu ambele mâini.
- Traiectele meridianelor: masarea ușoară în sensul meridianelor.

Protocol general de masaj

Decubit ventral

- Masajul celor trei zone regulatoare ale trunchiului Yang.
- Presiuni sacadate pe ritmul respirației pacientului, pe zonele corporale contractate ale spatelui.
- Înfășurare/presiune la umăr, cot, încheietură și articulațiile fiecărui deget.
- Masajul prin atingerea ușoară a spatelui sau masajul prin frecare mai mult sau mai puțin apăsat (după preferința subiectului), în sensul meridianelor.
- Presiuni pe zonele corporale contractate ale fesei și ale feței posterioare a membrului inferior.
- Înfășurare/presiune la genunchi, gleznă și articulațiile fiecărui deget de la picior.
- Masajul prin atingere ușoară a feței posterioare a membrului inferior sau masajul prin frecare mai mult sau mai puțin apăsat (după preferința subiectului), în sensul meridianelor.

Decubit dorsal

- Masajul celor trei zone regulatoare ale trunchiului Yin.
- Masajul bilateral al feței de la bărbie până la pielea craniului.

Scanned with OKEN Scanner

- Masajul cranian al meridianelor Vu/Vb înapoi şi DM înainte (trebuie să vă aşezaţi cu faţa la pacient).
- Masajul punctelor 20Vb, 8I şi 1R.
- Masajul picioarelor.
- Masajul general al meridianelor prin atingere uşoară (mai puţin capul).

5. Protocoale de reglare

În aceast capitol vom prezenta protocoale de tratament pentru diferite patologii de origine funcţională sau structurală prin masajul An Lo al punctelor de acupunctură.

Aceste tratamente sunt propuse cu titlu informativ şi nu se substituie demersului terapeutic şi diagnosticului medicului tradiţional chinez, dat fiind faptul că trebuie avute în vedere atât un principiu de tratament individualizat pentru fiecare caz în parte, cât şi asocierea procedeelor Dong Fa adecvate.

Aici sunt, de asemenea, expuse tratamentele unor patologii grave, din care unele sunt clasate în contraindicaţiile la masaj.

Această aparentă contradicţie se explică prin faptul că patologiile în cauză pot fi efectiv tratate însă cu condiţia de a respecta unele reguli :

- protocoalele de masaj vor fi utilizate cu titlu complementar ;
- patologiile grave nu se tratează decât atunci când sunt stabilizate, mai ales în cazul patologiilor cardiace sau canceroase ;
- apelarea la masajul tradiţional chinez terapeutic nu poate fi luată în calcul în cazurile de mai sus decât dacă practicianul respectiv are titlul de specialist.

Fiecare dintre punctele prezentate mai jos vor fi lucrate timp de trei minute, cu un procedeu de masaj rotativ An Lo, cu un sprijin mediu de aproximativ 150 g, la viteza ritmului cardiac al pacientului, ceea ce corespunde unei manevre de armonizare a meridianelor şi a organelor.

A. *Medicină internă*

Diabet zaharat Xiao Ke

18Vu, 23Vu, 6RP, 10P, 36S.

Scanned with OKEN Scanner

Astm bronşic
7P, 10P, 36S, 40S, 13Vu, 43Vu, 12VC, 17VC, 22VC.

Răcire Tai Yang
20Vb, 11Vu, 13Vu, 23Vu, 2RP, 6RP, 4IG.

Sindrom gripal Gan Mao
11IG, 5P, 44S, 6RP, 6SI, 20Vb, 39 Vb, 14Du Mai.

Rinită Bi Yuan
4IG, 11IG, 20IG, 13Vu, 23Vu, 20Vb, 39Vb.

Constipaţie Bian Bi (de tip vid de sânge şi de Qi)
5IG, 36S, 37S, 20Vu, 21Vu, 6TF.

Balonare intestinală simplă Gu Zhang
4RP, 6RP, 12Ren Mai, 17Ren Mai, 13F, 6SI, 36S, 6RP, 3F.

Balonare intestinală postchirurgicală
6RP, 25S, 27S, 36S, 6SI.

Epigastralgie şi ptoză gastrică Wei Zhang Tong
20Du Mai, 4Ren Mai, 6Ren Mai, 10Ren Mai, 12Ren Mai, 21S, 23S, 36S.

Ulcer gastric Wei Tong
12Ren Mai, 4RP, 6RP, 36S, 20Vu, 21Vu, 6SI, 3R.

Dezinterie bacilară Li Ji
4IG, 11IG, 25S, 37S.

Ascaridiază Hui Jue
25Vu, 34Vb, 39Vb, 12Ren Mai, 24Vb, 19Vu, 36S.

Prolapsus rectal Tuo Gang
25Vu, 20Du Mai, 20Vu, 23Vu.

Ameţeală cu hipertensiune Xuan Ynn
1R, 3R, 8F, 9F, 40S, 7SI, 11IG.

Stare febrilă Nei Shang Fa Re
Bolnavul se masează într-o baie, la 37,5°C:
11IG, 6Ren Mai, 12Ren Mai, 36S, 20Vu, 21Vu.

Hipertensiune arterială
20Vb, 2F, 3R, 6RP.

Tuberculoză pulmonară Ka Xue
13Vu, 17Vu, 5P, 6P, 10P, 11IG, 6RP.

Scanned with OKEN Scanner

Paludism
39Vb, 5SI, 14Du Mai, 10RP, 3GI, 7R.

Hepatită virală
5F, 13F, 14F, 17Vu, 18Vu, 24Vb, 39Vb, 36S, 6RP.

Hipertiroidie Xing Bing
10Vu, 3R, 6R, 7R, 6SI, 3F, 10S, 40S, 6RP, 4IG, 22Ren Mai.

Sughiţ E Ni
36S, 12Ren Mai, 17Ren Mai, 22Ren Mai, 6SI, 3F, 17Vu, 18Vu.

Insomnie Bu Mei
5SI, 1Vu, 23Vu, 3R, I7, 14Vu, 15Vu, 17VC.

Calculi renali Lin Zheng
6RP, 3Ren Mai, 4Ren Mai, 23VC, 15RP.

Nefrită acută Feng Shui
3R, 14Du Mai, 36S, 4Ren Mai, 39Vb, 6SI.

Hipertrofie benignă a prostatei Long Bi
6RP, 9RP, 20S, 27Vu, 28Vu, 3R.

Tuse convulsivă infantilă
5P, 6SI, 13Vu, 36S, 40S, 39Vb.

Oreion
4IG, 11IG, 19IG, 5TF, 6S, 6RP, 39Vb.

Denutriţie a copilului Gan Ji
25S, 36S, 20Vu, 21Vu, 6RP.

Hiperkinezie Xiao Er Duo Dong
20Vb, 7I, 6SI, 3F, 8F, 7R.

Enurezie Yi Niao
3R, 23Vu, 20Du Mai, 4Ren Mai, 6Ren Mai, 13Vu.

B. *Cardiologie*

Tahicardie paroxistică supraventriculară Xin Ji
6SI, 6RP, 36S, 7I, 23Vu.

Cardiopatie
3I, 8I, 13Vu, 15Vu, 23Vu.

Scanned with OKEN Scanner

Tulburări coronariene Xin Tang
23Vu, 6SI, 4RP, 6RP, 15Vu, 14VC, 36S.

Angină pectorală Xiong Bi
HM Tai Yang, 14Vu, 15Vu, 6SI, 5I, 36S, 40S.

C. *Dermatologie*

Eczemă supurândă Shi Xuan
10RP, 11IG, 13Vu, 17Vu, 54Vu, 25IG, 10P.

Purpură trombopenică Zi Ban
2RP, 6RP, 10RP, 14Du Mai.

Herpes She Dan
11IG, 7SI, 6Ren Mai, 39Vb.

Acnee Fen Ci
14Du Mai, 36S, 54Vb, 7P, 10P.

D. *Ginecologie-obstetrică-sexualitate*

Absenţa orgasmului Yang Qiang
7R, 2Ren Mai, 8I, 1F, 11F.

Impotenţa Yang Wei
4VC, 6VC, 23Vu, 4Du Mai, 6RP, 29S, 36S, 32Vu, 3F, 3R.

Sindromul de menopauză Gen Nian Zong He Zheng
6SI, 17Vu, 4RP, 3R, 3I.

Leucoree Bai Dai
26Vb, 20Vu, 31Vu, 6RP, 9RP, 10RP.

Metrorragii Beng Lou
6RP, 10RP, 20Du Mai, 18Vu, 4SI.

Dizmenoree Yue Jing Shi Tiao
6SI, 3F, 4Ren Mai, 10RP, 18Vu.

Scanned with OKEN Scanner

Menstruaţii dureroase Tong Jing
8F, 14F, 6RP, 30S, 6Ren Mai.

Abces mamar Ru Yong
3SI, 36S, 11IG, 21Vb, 39Vb.

Mastoză Ru Pi
8F, 1IS, 21Vb, 36S, 4IG, 11IG.

Sterilitate prin obstrucţie tubară Bu Yun Zheng
28S, 29S, 36S, 3F, 23Vu, 6RP.

Hipogalaţie
18RP, 1I, 18S, 1IS.

Vărsături în perioada sarcinii Ren Shen Ou Tu
6SI, 36S, 21R, 20Vb, 4RP.

E. *Neurologie*

Paraplegie Jie Tan
Toate punctele Huatuojiaji + 23Vu, 40Vu, 36S, 40S, 4Du Mai.

Scleroză în plăci
23Vu, 14Du Mai, 4Du Mai, 20Du Mai, 40Vu, 30Vb, 38Vb.

Accident vascular cerebral Zhong Feng
11P, 23Ren Mai, 40S, 20Du Mai, 5I, 1R.

Paralizie facială Kou Yan Wai Xie
1Vu, 2Vu, 1S, 4S, 4IG, 20IG, 18IS, 20Vb.

Hipocalcemie spasmodică (mâini şi picioare) Shou Zu Chi Zhong
36S, 6RP, 14Du Mai, 30Vb, 34Vb.

Afazie Shi Yu
13Vu, 19IS, 3I, 23Ren Mai, 20Du Mai, 7P.

Tic facial Mian Ji Jing Luan
40S, 44S, 4IG, 2F, 3F.

Polinevrită acută (sindromul Guillain-Barré) Wei Zheng
39Vb, 6RP, 10RP, 30Vb, 3R, 36S.

Sindromul Ménières Xuan Yun
2Vb, 41Vb, 3F, 6SI, 36S, 2RP, 1R.

Scanned with OKEN Scanner

Nevralgia trigemenului Tou Tong
17TF, 4IG, 20Vb, 36S, 60Vu.

Cefalee prin Tan
36S, 40S, 4IG, 20Vb, 4RP, 9RP, 20Vu, 21Vu.

Tremurături Zhen Chan
20Vb, 3R, 11IG, 3F, 12Ren Mai, 20Vu, 21Vu.

Neurastenie
21Vb, 3I, 13Vu, 23Vu, 4Du Mai, 20Du Mai, 2RP.

F. *Oftalmologie*

Nevrită optică Shi Li Zhang Ai
23TF, 14Vb, 20Vb, 7R, 8F, 6RP.

Glaucom Qing Guang Yan
12Ren Mai, 36S, 6SI, 2F, 20Vb, 37Vb.

Strabism Xie Shi
3F, 8F, 7R, 4Ren Mai, 2S, 23TF.

Keratită menstruală Xing Jing Mu Tong
20Vb, 37Vb, 8F, 2RP, 18Vu, 60Vu.

Fotopsie Shen Guang Zi Xian
18Vu, 23Vu, 36S, 3F, 14Vb.

Scăderea acuităţii vizuale Bao Mang
14Vb, 6RP, 2F, 8F, 1Vu, 17Vu, 18Vu, 23Vu.

G. *ORL*

Afonie Shi Yin
13Vu, 4Ren Mai, 22Ren Mai, 10P, 6R.

Rinită şi sinuzită Bi Yuan
7P, 10P, 4IG, 11IG, 20IG, HM3YinTang.

Acufene cu surditate Er Ming Long
20Vb, 11Vu, 21TF, 3F.

Scanned with OKEN Scanner

Otită Ting Er
2TF, 8TF, 17TF, 60Vu, 36S, 4IG, 39Vb.

H. *Reumatologie*

Lombalgie Yao Tong
17Vu, 23Vu, 40Vu + punctele Huatuojiaji lombare

Periartrită scapulo-humerală Bi Zheng
5TF, 14TF, 15IG, 16IG, 38S, 23Vu.

Artrită reumatoidă He Xi Feng
34Vb, 11IG, 34S, 23Vu, 9RP.

Blocaj sciatic Bi Zheng
30Vb, 34Vb, 40Vb, 40S, 50Vu.

Spondilartrită anchilozantă Bi Zheng
Toate punctele Huatuojiaji + 6Ren Mai, 17Vu, 20Vu, 23Vu.

Spină calcaneană Gu Bi
20Du Mai, 3R, 39Vb, 60Vu.

Epicondilită Bi Zheng
4IG, 11IG, 15IG, 18Vu.

Degenerescenţă discală Bi Zheng
7R, 39Vb, 10Vu, 14Vu, 18Vu, 4IG, 15IG.

Acromelalgie Xue Bi
4IG, 11IG, 5TF, 8F.

Tendinite Jin Bi
5TF, 18Vu, 8F, 6Ren Mai, 4 IG.

I. *Reanimare*

Aceste puncte au proprietăţi indicate deja în cazurile prezentate. În reanimare, se foloseşte în mod normal stimularea puternică prin acupunctură ; în caz de imposibilitate, puteţi recurge la masarea lor manuală (viguros).

Scanned with OKEN Scanner

Lipotimie simplă

9I, 3F, 36S.

Şoc (cu colaps)

9I, 25Du Mai, 26Du Mai, punctele HM Shixuan în tonifiere puternică Nieji, 36S.

Înnecare

1R, 40S, 9I, 4Du Mai, 18Vu, 23Vu.

Comă

Punctele HM Shixuan în tonifiere puternică Nieji, 26Du Mai, 36S, 40S.

Convulsii

20Vb, 36S, 3F, 4Ren Mai, 1Vu, 1Vb.

Apoplexie

20Du Mai, 26Du Mai, 40S, 3F, 36S.

Epilepsie

40S, 3IS, 26Du Mai, 15Vu, 18Vu.

Scanned with OKEN Scanner

Concluzie

Trăim într-o lume în continuă mişcare şi, mai mult decât oricând, trebuie să ne adaptăm la nesfârşitele metamorfoze ale corpului şi spiritului impuse de progres şi de cunoaştere.

De asemenea, este esenţial să putem înţelege cine suntem, cum funcţionăm şi ce trebuie să facem pentru a ne păstra sănătatea şi bucuria de a fi.

Această cale ambiţioasă este cea a medicinei tradiţionale chineze, care ne permite într-o oarecare măsură să dobândim o „logică a vieţii" bazată pe înţelegerea celor mai subtile fenomene care animă materia.

În macrocosmos, ca şi în microcosmos, orice corp este instabil, deoarece particulele sale elementare sunt transformate de forţe prezente pretutindeni şi reunite sub un termen sintetizator : energie.

Născut din observarea milenară a lumii, a vieţii în general şi a naturii umane în particular, conceptul energetic pe care se sprijină medicina chineză îşi întregeşte sensul în zilele noastre şi oferă ştiinţei moderne o perspectivă activă, însoţind-o în permanenţă.

Cu cât progresăm în ceea ce priveşte cunoaşterea, cu atât ne apropiem de idealul medicilor din civilizaţiile orientale antice, care observaseră încă de pe atunci necesitatea imperioasă de a trăi în acord cu planeta noastră, cu sine şi cu ceilalţi.

Medicina mileniului trei este pe cale de a se naşte graţie suportului puternic al geneticii şi va fi energetică sau nu va fi deloc. Ea se va axa pe prevenirea suferinţei şi a bolilor şi va avea misiunea de a reechilibra, adică de a îndrepta dizarmoniile resimţite de bolnav faţă de el însuşi şi faţă de mediul înconjurător. Aceasta deoarece orice lezare a sănătăţii fizice sau mintale, orice rană, chiar şi cele mai grave, vor fi într-o zi considerate situaţii de dezechilibru şi vor fi tratate ca atare, într-un respect absolut al bolnavului.

Scanned with OKEN Scanner

Efectele secundare dezastruoase, mizele financiare ale terapiilor medicamentoase, luptele pentru supremaţie şi cele legate de recunoaşterea savanţilor nu sunt decât unele dintre efectele perverse ale unei practici medicale neadaptate la societatea şi la natura umană, şi care vor dispărea într-o bună zi.

Trebuie înţeles bine faptul că tratamentul oricărei boli, pentru a fi eficient, necesită un aport important de omenie, printr-o abordare caldă, atentă şi solidară.

Cel care suferă fizic sau psihic se simte, în plus, şi izolat de ceilalţi, deoarece lumea se bucură de o stare de bine pe care el nu o poate avea. Trebuie deci să i se faciliteze contactul cu viaţa normală şi să fie ajutat să se simtă recunoscut şi acceptat.

În acest caz, terapia manuală din cadrul medicinei chineze este de o eficacitate totală.

Fiind vorba despre o materie vie, când atingem o altă persoană, inevitabil se produce ceva. Fie că vrem sau nu, atingerea este un act care determină o schimbare atât pentru cel care oferă, cât şi pentru cel care primeşte.

Fiind excelenţi cunoscători ai anatomiei, medicii chinezi de odinioară au înţeles acest fapt atât de bine încât au explorat meandrele biomecanismului uman şi au elaborat tehnici clare care au trecut de proba timpului.

Suntem astăzi deţinătorii unui tezaur pus în slujba omului, dar suntem şi responsabili de moştenirea primită.

Această lucrare vă restituie elementele esenţiale ale medicinei manuale chineze. Analitică şi sintetică în acelaşi timp, ea a fost concepută pentru a acompania demersul total al celui care trebuie să înţeleagă şi să ajute doar cu ajutorul mâinilor sale.

Salut cititorul animat de curiozitate intelectuală care tocmai a descoperit aceste câteva concepte noi.

Studentului în medicină chineză îi urez un parcurs bogat şi, dacă îmi permite, îl sfătuiesc să aibă în vedere ajungerea la un nivel şi mai înalt de precizie, de frumuseţe în gesturile de masaj, să înveţe să-i îngrijească pe alţii la fel de bine cum ar îngriji persoana cea mai dragă de pe lume şi, în fine, să-şi urmeze arta atât timp cât va fi pasionat de ea.

Le mulţumesc profesioniştilor şi îi felicit pentru drumul lor spre perfecţionare, demers umil, nobil şi adevărată sursă de progres colectiv.

Scanned with OKEN Scanner

Bibliografie

Chen Jirui-Nissi Wang, *Acupuncture, observations cliniques en Chine*, Editions Satas, 1080 Bruxelles.

*** *Cours de 1'Institut de troisième cycle en médecine orientale*, Université de Hong Kong, Hong Kong.

*** *Précis d'acupuncture chinoise*, Académie nationale de médecine chinoise, Editions en langues étrangères, 24 Bai Wan Zuang, Beijing, China.

Pentru mai multe informaţii : http : //www.lecmo.org

Scanned with OKEN Scanner

Specializările Colegiului de Medicină Orientală*

(Cursuri prezentate sub formă de seminarii de week-end)

Medicină chineză: 1.250 de ore

Învăţământ pe trei cicluri extinse pe parcursul a şase ani, plus specializările. Programul include marile axe terapeutice: acupunctură, farmacopee, terapie manuală, ajutor psihologic, igienă şi dietetică.

- Anul I: 152 de ore; teorie fundamentală – 30 de ore, anatomie energetică – 20 de ore, psihopatologie energetică – 30 de ore, introducere în diagnostic – 30 de ore, terapie manuală a ţesuturilor moi – 42 de ore.
- Anul II: 152 de ore; teorie fundamentală – 15 ore, anatomie practică – 15 ore, studiul sindroamelor maladiilor – 35 de ore, diagnostic – 35 de ore, terapie manuală articulară şi Tuina – 52 de ore.
- Anul III: 234 de ore; materie medicală – 60 de ore, diagnostic – 30 de ore, medicină internă – 60 de ore, tehnici de acupunctură şi moxa – 24 de ore, terapie manuală articulară şi viscerală 25 de ore, clinică de acupunctură – 35 de ore.
- Anul IV: 234 de ore; materie medicală şi formular de farmacopee – 80 de ore, diagnostic – 30 de ore, medicină internă şi externă – 80 de ore, clinică de acupunctură – 20 de ore, terapie manuală generală aprofundată – 24 de ore.

---

* Este vorba despre Colegiul de Medicină Orientală din Montpellier (n.ed.).

Scanned with OKEN Scanner

- Anul V: 234 de ore; farmacopee (formular) – 44 ore, diagnostic – 30 de ore, medicină internă şi externă – 80 de ore, pediatrie şi ginecologie – 80 de ore.
- Anul VI: 234 de ore; medicină internă şi externă – 80 de ore, farmacopee (formular) – 34 de ore, pediatrie şi ginecologie – 90 de ore, psihologie, igienă – 30 de ore (dietetică, sexualitate, respiraţie...), aplicaţii clinice, sinteze şi pregătirea lucrării de licenţă.

Masaj tradiţional chinez – terapie manuală: 420 de ore

Specialitate intensivă de practician: 2 ani, înglobând masajul ţesuturilor Tuina şi mobilizările articulare şi viscerale Dong Fa.

- Anul I: 210 de ore; teorie fundamentală – 20 de ore, anatomie energetică – 20 de ore, fiziologie energetică – 20 de ore, terapie manuală a ţesuturilor moi – 40 de ore, aplicaţii practice – 110 ore.
- Anul II: 210 de ore; teorie fundamentală – 15 ore, anatomie practică, studiul sindroamelor şi cauzelor bolilor – 15 ore, diagnostic – 30 de ore, terapie manuală articulară – 40 de ore, aplicaţii practice – 110 de ore.

Stagii tematice

Organizate pe durata unui week-end, unele stagii sunt deschise marelui public şi altele sunt rezervate profesioniştilor din sănătate: tratamentul durerii şi anestezia prin acupunctură, masajul pe perioada sarcinii, psihologie etc.

Diplome

- La sfârşitul celui de-al doilea an al ciclului 2 (anul IV):

Certificat de acupunctură tradiţională şi Diplomă de acupunctură tradiţională.

- La sfârşitul celui de-al treilea an al ciclului 2 (anul V):

Scanned with OKEN Scanner

Diplomă de studii generale în medicină tradiţională chineză (DEG).

- La sfârşitul ciclului 3 (anul VI)

Diplomă de studii generale în medicină tradiţională chineză (DEA).

- În urma specializărilor (după anul VI):

Certificate de specializare (unul pentru fiecare specialitate studiată).

Începând cu anul 2, studenţii pot efectua un stagiu anual de 15 până la 20 de zile într-un spital de medicină tradiţională chineză, completându-şi astfel programa cu o experienţă clinică unică şi cu certificate eliberate de universitatea gazdă.

BIBLIOTECA JUDEȚEANĂ „GH. ABACHI" IAȘI

Scanned with OKEN Scanner

Cuprins

Introducere 5

Partea întâi
Teoria fundamentală a medicinei tradiţionale chineze

Noţiuni generale 11
1. Masajul tradiţional şi medicina în istoria Chinei 11
2. Organizarea MTC în China 13
3. Metodele de tratament ale medicinei chineze 14
4. O medicină globală şi energetică 16
5. Sănătatea şi bolile. Definiţii 17

Marile principii de bază 19
1. Elemente de embriologie 19
2. Legile fiziologice ale energiei: producerea şi difuzarea 21
3. Noţiuni fundamentale de fiziologie şi de anatomie energetică 25
   A. Meridianele 25
   B. Substanţele de bază 28
   C. Organele vitale 37
   D. Sistemul nervos şi psihismul în medicina chineză 72
4. Fiziologie energetică sistemică 74
   A. Circulaţia sangvină 74
   B. Digestia 75
   C. Respiraţia 76
   D. Eliminarea substanţelor reziduale 78
5. Patologie 79
   A. Noţiuni generale 79
   B. Tabele patologice – clasament în funcţie de sindroame 84

Scanned with OKEN Scanner

Partea a doua

Demersul terapeutic prin masaj

Diagnosticul energetic 107

A. Definiţie 107
B. Examinarea pacientului 108
C. Elementele de interpretare ale diagnosticului 110
D. Sinteza diagnosticului şi bilanţul energetic 127
E. Studiu de caz (diagnostic şi tratament) 133

Practica clinică a masajului tradiţional chinez 138

1. Faza preliminară 138
   A. Contraindicaţii şi precauţii 138
   B. Educarea simţului tactil şi pregătirea şedinţei de masaj 139
   C. Testele de bază 143
   D. Programul de tratament prin masaj 149
2. Tehnica masajului. Studiul punctelor şi al gesturilor 156
   A. Punctele principale folosite în masajul chinez 158
   B. Principalele gesturi de masaj tradiţional chinez terapeutic 170
   C. Acţiuni terapeutice ale celor 17 principii tehnice de bază ale masajului tradiţional chinez 170
   D. Studiu specific al fiecărui gest 172
   E. Alegerea gesturilor 201
   F. Masajul ţesuturilor 202
   G. Tratamentul coloanei vertebrale 210
   H. Tratamentul organelor 216
   I. Tratamentul indirect al psihismului 227
   J. Derularea şedinţei de masaj 231
3. Protocoale generale 233
   A. Masajul spatelui 233
   B. Masajul abdomenului şi al toracelui 242
   C. Masajul membrelor 246
   D. Masajul capului (craniu şi faţă) 253
4. Diferite protocoale specifice 254
   A. Activarea sistemelor vitale 254
   B. Masajul în cadrul tratamentului dependenţei (de tutun, alcool, droguri) 256
   C. Tratamentul picioarelor umflate 270
   D. Tratamentul depresiei Yu Zeng 273

Scanned with OKEN Scanner

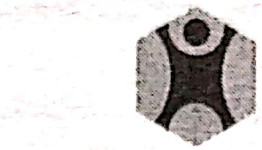
E. Masajul preventiv la persoanele în vârstă 280
F. Masajul preventiv la femeile însărcinate 284
G. Masajul de sănătate la copilul cu o vârstă cuprinsă între 2 şi 14 ani 289
H. Masajul de întreţinere şi de relaxare 293
5. Protocoale de reglare 297
A. Medicină internă 297
B. Cardiologie 299
C. Dermatologie 300
D. Ginecologie-obstetrică-sexualitate 300
E. Neurologie 301
F. Oftalmologie 302
G. ORL 302
H. Reumatologie 303
I. Reanimare 303

Concluzie 305

Bibliografie 307

Specializările Colegiului de Medicină Orientală 309

Scanned with OKEN Scanner



Medicină tradițională

Ion Chiruță, Vasile Postolică – *Incursiune în reflexoterapie. Sănătate prin masaje și remedii naturiste*

Viorel Olivian Pașcanu – *Medicină naturistă preventivă*

Viorel Olivian Pașcanu – *Tratamente integrale prin medicina naturistă*

Michel Angles, Siavoch Darakchan – *Remediile naturiste ale medicinei tradiționale chineze*

Viktor F. Vostokov – *Incursiune în medicina indo-tibetană*

Valerian A. Schipor – *Plante medicinale la îndemâna tuturor*

Xaël de Sainte-Breuves – *Fructele și legumele, izvor de sănătate*

Viorel Olivian Pașcanu – *Autovindecarea prin spirit, suflet și plante*

H.C. Allen – *Remedii homeopatice. Simptome-cheie și caracteristici comparate*

Viktor F. Vostokov – *Rețete tibetane de frumusețe*

Eugen Petrescu – *Terapia cu struguri și vinuri medicinale*

Adrian Vasilca-Mozăceni – *Incursiune în fitoterapie*

Adrian Vasilca-Mozăceni – *Ghidul plantelor medicinale*

Speranța Anton – *Incursiune în medicina naturistă. În amintirea lui Valeriu Popa* (2 vol.)

Maestrul Stephen Co, Eric B. Robins, în colaborare cu John Merryman – *Mâinile tale te pot vindeca*

Elio Occhipinti (coord.) – *Medicina tradițională chineză. Tehnici de prevenire și tratament*

Ted Andrews – *Manualul vindecătorului. Ghid de inițiere în terapii energetice*

David F. Vennells – *Inițiere în reflexologie*

Penelope Quest – *Reiki pentru o viață. Inițiere în Reiki. Ghid practic*

Maurizio Omodei Zorini – *Masajul indian. Ghid practic*

Joan Cosway-Hayer – *Reflexologia pentru toți. Manual ilustrat*

Daniel Reid – *Qi Gong. Manual de inițiere*

Clara Bianca Erede – *Reflexologia plantară pentru sănătatea întregului corp. Masajul zonal al piciorului*

Scanned with OKEN Scanner

Risvan Vlad Rusu – *Iniţiere în Reiki*

Penelope Quest – *Autovindecarea prin Reiki. Armonie, echilibru şi sănătate pentru trupul şi mintea ta*

Henry B. Lin – *Secretele medicinei chineze. Sănătate de la A la Z*

Daniel Reid – *Tao pentru sănătate, sex şi longevitate. O abordare practică a Căii străvechi*

Laxmi Paula Horan – *Reiki prin 100+ întrebări şi răspunsuri*

Isabelle Laading – *Shiatsu – Calea echilibrului. Masaj pentru prevenirea îmbolnăvirii şi întreţinerea sănătăţii*

Violeta Biro – *Automasajul, hidroterapia şi zooterapia. Terapii alternative*

Michel Deydier-Bastide – *Manual de masaj tradiţional chinez*

în pregătire :

Anne Lavédrine – *Ceaiurile. 70 de plante pentru sănătatea şi frumuseţea ta*

Scanned with OKEN Scanner

www.polirom.ro

Redactor: Dan Daia
Coperta: Angela Rotaru
Tehnoredactor: Suzana Lazanu

Bun de tipar: iulie 2006. Apărut: 2006
Editura Polirom, B-dul Carol I nr. 4 • P.O. Box 266
700506, Iaşi, Tel. & Fax (0232) 21.41.00; (0232) 21.41.11;
(0232) 21.74.40 (difuzare); E-mail: office@polirom.ro
Bucureşti, B-dul I.C. Brătianu nr. 6, et. 7, ap. 33,
O.P. 37 • P.O. Box 1-728, 030174
Tel.: (021) 313.89.78; E-mail: office.bucuresti@polirom.ro

Tipografia S.C. PRINT MULTICOLOR S.R.L. Iaşi
Str. Bucium, nr. 34, Iaşi 700265
tel. (0232)21.12.25, 23.63.88, fax. (0232)21.12.52

Scanned with OKEN Scanner

Medicină tradiţională

Metodă de ameliorare şi întreţinere a sănătăţii utilizată de aproape o treime din populaţia planetei, masajul tradiţional chinez îşi găseşte din ce în ce mai mult locul şi printre practicile medicale occidentale. Acest tip de masaj redă mobilitatea, ameliorează circulaţia energiei şi este o soluţie eficientă atât în tratarea stresului, traumatismelor, tulburărilor digestive, circulatorii sau de reproducere, cât şi în pregătirea sportivilor pentru atingerea performanţelor sau a femeilor însărcinate în vederea unei naşteri uşoare. Cartea include numeroase ilustraţii şi se adresează tuturor celor care vor să aprofundeze acest domeniu atât de generos.

Teoria fundamentală a medicinei tradiţionale chineze ⬢ Noţiuni generale ⬢ Marile principii de bază ⬢ Patologie ⬢ Metode de tratament ale medicinei chineze ⬢ O medicină globală şi energetică ⬢ Sănătatea şi bolile ⬢ Fiziologie energetică sistemică ⬢ Diagnosticul energetic ⬢ Practica clinică a masajului tradiţional chinez ⬢ Tehnica masajului

Editura POLIROM

ISBN 973-46-0385-X
978-973-46-0385-5

9 789734 603855

www.polirom.ro

Scanned with OKEN Scanner